

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Кваліфікаційна наукова праця  
на правах рукопису

**Кучинська Лілія Фотіївна**

**УДК 373.2.091.33-051:379.81:613.6**

**ДИСЕРТАЦІЯ**

**РЕКРЕАЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО  
ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ У СИСТЕМІ  
МЕТОДИЧНОЇ РОБОТИ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

Подається на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей,  
результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

\_\_\_\_\_ Кучинська Л.Ф.

Науковий керівник

Сидорчук Нінель Герандівна

доктор педагогічних наук, професор

Житомир – 2021

## АНОТАЦІЯ

**Кучинська Л. Ф. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії (кандидата педагогічних наук) за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти, Житомирський державний університет імені Івана Франка, Житомир, 2021.

Дисертаційна робота присвячена теоретико-експериментальному дослідженню проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти на засадах рекреалогічного підходу.

Актуальність проблеми дослідження зумовлена необхідністю впровадження сучасних загальнодержавних програм охорони здоров'я у всі сфери життя та діяльності людини. У зазначеному контексті актуалізується необхідність збереження професійного здоров'я педагогічних працівників як важливого шляху забезпечення ефективного розв'язання ними професійних завдань та успішної життєдіяльності. Особливого значення в умовах реформування освітньої галузі проблема збереження та зміцнення професійного здоров'я набуває для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, оскільки саме їхня професійна діяльність забезпечує формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку, закладає основи здоров'я майбутньої нації.

У роботі з урахуванням сучасних методологічних підходів здійснено сутнісну характеристику базових понять дослідження; визначено критерії, показники та ступені їх збалансованості для характеристики стану професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти; окреслено специфіку використання оздоровчого потенціалу рекреалогічного підходу в організації методичної роботи закладів дошкільної освіти; науково обґрунтовано модель системної організації методичної роботи закладів

дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я; експериментально перевірено ефективність авторської моделі на основі її поетапного впровадження.

Зважаючи на складність, багатогранність зазначеної проблеми, обґрунтовано теоретико-методологічні засади проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти та уточнено сутність базових понять дослідження на трьох рівнях теоретичного аналізу: загальнофілософському (діалектичні закони пізнання педагогічної дійсності, аксіологічний потенціал здоров'язбереження), загальнонауковому (системний, цілісний, синергетичний, особистісний наукові підходи), конкретнонауковому (провідні ідеї ноосферного, нормоцентричного, культурологічного, валеологічного, дискурсивного, феноменологічного, професіографічного підходів, концепція людського розвитку).

Простежено взаємозв'язок понять "професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти" та "здоров'я", "професійне здоров'я", "педагогічний працівник закладу дошкільної освіти".

З урахуванням спільних ознак професійної діяльності педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, що впливають на ефективність її реалізації та якість життя загалом, окреслено змістову характеристику поняття "професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти" як комплексну характеристику здоров'я у конкретних умовах професійної діяльності, що характеризується адаптацією до впливу факторів професійного середовища, забезпечується достатнім для виконання певного виду професійної діяльності функціональним резервом організму, проявляється через стан інтелектуального, фізичного, психічного, соціального і духовного благополуччя та орієнтована на організацію процесу здоров'язбереження дошкільників.

На основі багатокомпонентної характеристики здоров'я, концептуальних моделей професійного здоров'я особистості розроблено структуру професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти у

сукупності визначених компонентів: інтелектуальне, фізичне, соціальне, психічне, духовне здоров'я.

Представлено критеріально-показникову систему експериментальної роботи. Охарактеризовано поняття "стан професійного здоров'я" як базовий критерій оцінки досліджуваного явища. Використано поняття "ступінь збалансованості" як характеристику оцінки досконалості професійного здоров'я на основі виділених показників (стан інтелектуального, фізичного, психічного, соціального здоров'я).

Дієвим шляхом включення педагогічних працівників закладів дошкільної освіти у оздоровчу діяльність визначено методичну роботу, схарактеризовано її специфіку у закладах дошкільної освіти. Зазначено, що її комплексний і системний характер визначається узгодженою взаємодією її компонент: керуюча (зовнішнього управління – центри професійного розвитку, інститути післядипломної педагогічної освіти; внутрішнього управління – педагогічна рада, адміністративний орган управління (директор ЗДО), методичний кабінет/науково-методичний центр/інформаційно-аналітичний та координаційний відділи) та керована – вихователь-методист, відділення/об'єднання за спеціальностями, предметні комісії, творчі групи, творчі лабораторії, тимчасові комісії з питань методичної роботи, експертні групи, атестаційна комісія.

Окреслено особливості використання рекреалогічного підходу до організації здоров'язбереження у системі методичної роботи. Виокремлено ключові принципи, що забезпечують його дієвість у галузі охорони здоров'я: комплексне використання рекреаційних ресурсів, збалансованість форм рекреаційної діяльності, отримання задоволення від обраних шляхів відновлення життєвих ресурсів, використання активного середовища. Наголошено на оздоровчому потенціалі рекреалогії та доведено ефективність його застосування для забезпечення умов здоров'язбереження педагогічних працівників.

Обґрунтовано модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників, що вміщує цільовий, змістовий, процесуальний та діагностувально-результативний блоки.

Обґрунтовано доцільність реалізації моделі системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників. Доведено, що її впровадження, яке здійснювалося у три етапи (орієнтаційний, адаптаційний, стабілізаційний), забезпечило підвищення ступеня збалансованості показників професійного здоров'я (інтелектуальний, фізичний, психічний, соціальний).

Схарактеризовано форми і методи реалізації оздоровчих заходів у методичній роботі закладів дошкільної освіти. Особливе місце відведено авторській програмі, що забезпечує ефективну діяльність творчої групи "Школа сприяння здоров'ю". Доведено, що результатом впровадження авторської моделі є здоровий спосіб життя педагогічних працівників.

Здійснено експериментальну перевірку ефективності авторської моделі на основі завдань, визначених програмою експериментальної роботи. Ефективність і доцільність впровадження розробленої моделі доведено за допомогою методів математичної статистики, про що свідчить підвищення узагальнюючих показників стану професійного здоров'я, ступінь збалансованості його показників (інтелектуальний, фізичний, психічний, соціальний).

**Наукова новизна дослідження** полягає в тому, що в дисертації: вперше системно висвітлено оздоровчий потенціал рекреалогічного підходу для забезпечення умов здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти; теоретично обґрунтовано, розроблено структуру та зміст моделі системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я, що вміщує цільовий, змістовий, процесуальний та діагностувально-результативний блоки; критерії та показники оцінки стану професійного здоров'я педагогічних працівників

закладів дошкільної освіти; зміст поняття "ступінь збалансованості" для визначення досконалості професійного здоров'я; визначено стан професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти на основі аналізу ступеню їх збалансованості; удосконалено напрями реалізації методичної роботи у закладах дошкільної освіти; підходи, зміст, форми, методи, засоби здоров'язбереження педагогічних працівників; уточнено сутність базових понять дослідження ("здоров'я", "професійне здоров'я", "рекреалогічний підхід", "методична робота закладів дошкільної освіти із здоров'язбереження педагогічних працівників"); подальшого розвитку набули концептуальні положення системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти із здоров'язбереження педагогічних працівників, а також теоретичні і прикладні аспекти реалізації рекреалогічного підходу в процесі оздоровлення педагогічних працівників.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що його результати можуть бути використані для розв'язання проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти шляхом системної організації методичної роботи на основі використання рекреалогічних ресурсів. За результатами дослідження розроблено та впроваджено у практику методичної роботи закладів дошкільної освіти авторську програму, що забезпечила діяльність творчої групи "Школа сприяння здоров'ю". Матеріали дисертації можуть бути використані вихователями-методистами закладів дошкільної освіти, викладачами закладів вищої освіти з метою вдосконалення змісту і процесу професійної підготовки педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, а також у системі післядипломної педагогічної освіти.

**Ключові слова:** здоров'я, професійне здоров'я, педагогічні працівники закладів дошкільної освіти, професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, методична робота закладу дошкільної освіти, рекреалогічний підхід.

## ABSTACT

**Kuchynska L. F. Recreation principles of maintaining teachers' professional health in the system of methodical work in preschool educational institutions – Qualified scientific work on the rights of the manuscript.**

The dissertation for the degree of Doctor of Philosophy (Candidate of Pedagogical Sciences) in specialty 13.00.04 – Theory and Methods of Professional Education, Zhytomyr Ivan Franko State University, Zhytomyr, 2021.

The dissertation presents the results of scientific and theoretical analysis of the problem of maintaining teachers' professional health in preschool educational institutions in terms of recreational approach.

The relevance of the problem in question is explained by the need to implement modern national health programs in all spheres of human life. In this context, the need to maintain teachers' professional health as an important way to ensure the effective solution of their professional problems and successful life is outlined. The problem of maintaining and improving professional health is important for teachers in preschool educational institutions, as their professional activity helps children to develop their health-maintaining competence and affects health of the future nation.

The dissertation provides with the following items: the essential characteristic of basic concepts of the research in terms of modern methodological approaches; the defined criteria, indicators and balance degrees to characterize teachers' professional health in preschool educational institutions; the outlined specifics of using recreational approach in the organization of methodical work in preschool educational institutions; the scientifically substantiated model of system organization of methodical work in preschool educational institutions in terms of maintaining professional health; the experimentally tested effectiveness of the author's model in the process of its implementation.

Theoretical and methodological principles of the problem of maintaining teachers' professional health in preschool educational institutions are stressed out considering the complexity of the problem of the research and the essence of the

basic concepts of the research at three levels of theoretical analysis: general philosophical (dialectical laws of pedagogical reality, axiological potential of health maintaining item), general scientific (systemic, holistic, synergetic, personal scientific approaches), scientific (leading ideas of noosphere, normocentric, culturological, valeological, discursive, phenomenological, professional approaches, the concept of human development) are clarified.

The interrelation of such concepts as "teachers' professional health in preschool educational institutions" and "health", "professional health", "pedagogical staff in preschool educational institution" is traced.

The semantic characteristic of the concept "teachers' professional health in preschool educational institutions" is explained as a complex characteristic of health in specific conditions of professional activity including the ability to adapt to the influence of factors of the professional environment and the sufficient functional reserve of the body to perform a certain type of professional activity, manifested through the state of intellectual, physical, mental, social and spiritual well-being and focused on maintaining the health of preschoolers.

Based on the multicomponent characteristics of health and the conceptual models of professional health, the structure of teachers' professional health in preschool educational institutions is developed containing such components as: intellectual, physical, social, mental and spiritual health.

The criterion-indicator system of experimental work is presented. The concept of "professional health" is described as a basic criterion for assessing the phenomenon under research. The concept of "balance degree" is used as a characteristic of the assessment of professional health on the basis of selected indicators (intellectual, physical, mental and social health).

The methodical work is defined as the effective way to make teachers improve their health, the specifics of methodical work in preschool educational institutions is characterized. It is noted that the complex and systemic nature of methodical work is determined by the interaction of its components: managing (external management – centers of professional development, institutes of postgraduate pedagogical



education; internal management – pedagogical council, administrative management body (head of preschool educational institution), methodical office / scientific and methodical center / information and analytical and coordination departments) and managed ones (special department, subject commissions, creative groups, creative laboratories, temporary commissions on methodical work, expert groups, attestation commission).

The peculiarities of using a recreational approach to maintain health in the system of methodical work are outlined. The key principles that ensure the effectiveness of the recreational approach in health care sector are identified; these are integrated use of recreational resources, balance of recreational activities, refreshment of health and spirits by enjoyment and use of an active environment.

The model of the systemic organization of methodical work in preschool educational institutions in terms of maintaining teachers' health is presented; it contains target, semantic, procedural and diagnostic-effective blocks. The need to use the model in preschool educational institutions is stressed out. It is proved that its implementation in three stages (orientation, adaptation, stabilization) improved the balance degree of professional health (intellectual, physical, mental, social one).

Forms and methods of health improving activities in methodical work of preschool educational institutions are characterized. The author's program of the creative group "Health improving school" is highlighted. It is proved that the result of the introduction of the author's model is a healthy lifestyle of teachers.

The effectiveness of the author's model based on the tasks defined by the program of experimental work is experimentally tested. The effectiveness of the model is proved by the use of the mathematical statistics methods.

The scientific novelty of the research is that in the dissertation: for the first time the potential of the recreational approach for improving teacher's health in preschool educational institutions is revealed; key components and content (objective, substantive, procedural and diagnostic and effective blocks) of the model of the systemic organization of methodical work in preschool educational institutions in terms of professional health are theoretically substantiated and

presented; criteria and evaluation indicators of teachers' professional health status in preschool educational institutions are introduced; the meaning of such a concept as "level of balance" aiming at defining the professional health status is clarified; the means of methodical work realization in preschool educational institutions are improved; approaches, content, forms, methods and means of maintaining teachers' health in preschool educational institutions are described; the essence of the basic concepts of the research such as "health", "professional health", "recreational approach", "methodical work aiming at maintaining teachers' health in preschool educational institutions" is specified; further development of the conceptual provisions of methodical work aimed to maintain teachers' health in preschool educational institutions, as well as theoretical and practical aspects of the implementation of the recreational approach in the process of improving teachers' health is observed.

The practical significance of the study is that its results can be used to solve the problem of maintaining teachers' health in preschool educational institutions by means of the systemic organization of methodical work using recreational resources. Based on the results of the research, the author's program of the creative group "Health improving school" is introduced and implemented as one of the forms of methodical work in preschool educational institutions. The materials of the dissertation can be used by teachers in preschool educational institutions, lecturers in higher educational institutions in order to improve the process of professional training of pedagogical staff in preschool educational institutions, as well as in the system of postgraduate pedagogical education.

**Key words:** health, professional health, teachers in preschool educational institutions, professional health of teachers in preschool educational institutions, methodical work of preschool educational institutions, recreational approach.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Наукові праці, у яких опубліковані основні результати дисертації*

1. Кучинська, Л. Ф., 2019. Теоретичні аспекти проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Проблеми освіти: зб. наук. пр.*, вип. 92, с. 39-44.
2. Кучинська, Л. Ф., Сидорчук, Н. Г., 2019. Методологічні засади дослідження збереження проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Нові технології навчання: зб. наук. пр.*, вип. 92, с. 170-177.
3. Кучинська, Л. Ф., 2019. Збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти як наукова проблема. *American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research*, 3 (14), с. 30-34.
4. Кучинська, Л. Ф., 2020. Педагогічні умови збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*. Житомир: Вид-во Житомирського держ. ун-ту імені І. Франка, вип. 1 (100), с. 24-32.
5. Кучинська, Л. Ф., 2020. Методичні засади формування здоров'язбережувальної компетентності фахівців закладів дошкільної освіти. *Нові технології навчання: зб. наук. пр.*, вип. 94, с. 215-220.
6. Кучинська, Л. Ф., 2020. Організація методичної роботи у закладах дошкільної освіти на засадах збереження професійного здоров'я педагогічних працівників. *Освітні обрії: наук.-пед. журн.*, вип. 1 (5), с. 116-119.
7. Кучинська, Л. Ф., 2020. Модель збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Інноваційна педагогіка: наук. журн.*, вип. 23, с. 156-161.

### *Опубліковані праці апробаційного характеру*

8. Кучинська, Л. Ф., 2014. Інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій в систему методичної роботи з педагогічними працівниками. *Формування професійної компетентності майбутніх педагогів дошкільної та початкової освіти: зб. наук. пр.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 192-201.

9. Кучинська, Л. Ф., 2019. Збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти на засадах рекреаційного підходу. *Підготовка майбутніх фахівців у контексті становлення Нової української школи: зб. наук. пр.* Житомир: ФОП "Н. М. Левковець", с. 275-280.

10. Кучинська, Л. Ф., 2019. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників в системі методичної роботи закладів дошкільної освіти. *Компетентнісні засади освітньо-виховного процесу в умовах ціложиттєвого навчання: зб. наук. пр. молодих дослідників.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, вип. 3, с. 135-144.

11. Кучинська, Л. Ф., 2019. Методологічні засади дослідження проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Тенденції розвитку педагогічної освіти в Україні: тези доп. XXI Міжнародної наук.-практ. конф.* Житомир: Житомирський держ. ун-т ім. Івана Франка, с. 112-117.

12. Кучинська, Л. Ф., 2019. Педагогічні умови збереження професійного здоров'я фахівці закладів дошкільної освіти. *Інновації у професійній підготовці педагога в умовах євроінтеграції освітнього процесу: погляд науковців і практиків: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф.* Київ, с. 120-125.

13. Кучинська, Л. Ф., 2019. Сутність збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Педагогіка партнерства як основа розвитку суб'єктів освітньої діяльності в умовах Нової української школи: тези доп. регіональної наук.-практ. конференції.* Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 91-96.

14. Кучинська, Л. Ф., 2020. Рекреалогічний підхід до збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Напрямки та сучасні фактори розвитку професійної компетентності педагога: суспільно-гуманітарні аспекти: тези доп.* Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 90-94.

15. Кучинська, Л. Ф., 2020. Здоров'язбережувальні технології як складова збереження професійного здоров'я педагогів закладів дошкільної освіти. *Андрагогічний супровід особистісного та професійного зростання педагога:*

тези доп. регіональної наук.-практ. конф. Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 191-197.

16. Кучинська, Л. Ф., 2020. Інноваційні підходи до організації методичної роботи з педагогами закладів дошкільної освіти. *Безперервний професійний розвиток педагогічних працівників Нової української школи в умовах післядипломної освіти регіону*: тези доп. регіональної наук.-практ. інтернет-конф. (онлайн). Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 68-73.

***Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації***

17. Кучинська, Л. Ф., 2017. Сучасні підходи до навчання дітей дошкільного віку правил безпеки. *Житомирщина педагогічна: ел-ий наук.-метод. журн. КЗ "Житомирський ОППО"*. Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, 1(5), с. 40-45.

18. Кучинська, Л. Ф., 2018. Діяльнісний підхід до особистісного розвитку дитини старшого дошкільного віку через призму освітньої програми "Впевнений старт" *Креативна педагогіка: наук.-метод. журн.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, вип. 13, с. 77-81.

19. Кучинська, Л. Ф., 2017. Використання інтерактивних методів в системі семінарських занять з педагогами як засіб підвищення їх професійної компетентності. *Матеріали IX Міжнародного фестивалю педагогічних інновацій*. Черкаси: КНЗ "ЧОПОПП" ЧОР, с. 254-260.

20. Кучинська, Л. Ф., 2017. Формування екологічно доцільної поведінки старших дошкільників в контексті освіти для сталого розвитку. *Реалізація принципів педагогіки емпатерменту як ефективного механізму впровадження освіти для сталого розвитку дошкільників*: матер. Всеукр. наук.-практ. семінару. Житомир: КЗ. "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 62-67.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	15
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ</b>	23
1.1. Методологічні основи вивчення проблеми системної організації збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти	23
1.2. Категоріальний аналіз базових понять дослідження	37
1.3. Критерії, показники, ступені професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти	57
<i>Висновки до першого розділу</i>	84
<b>РОЗДІЛ 2. РОЗРОБКА МОДЕЛІ СИСТЕМНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ МЕТОДИЧНОЇ РОБОТИ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПЛОЩИНІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ</b>	88
2.1. Системна характеристика методичної роботи закладів дошкільної освіти у контексті збереження професійного здоров'я педагогічних працівників	88
2.2. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти	104
2.3. Модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників	119
<i>Висновки до другого розділу</i>	141
<b>РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ АВТОРСЬКОЇ МОДЕЛІ</b>	144
3.1. Програма експериментальної роботи та стан професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти	144
3.2. Методика упровадження моделі збереження професійного здоров'я педагогічних працівників в закладах дошкільної освіти	165
3.3. Аналіз та узагальнення результатів формувального етапу експерименту	193
<i>Висновки до третього розділу</i>	216
<b>ВИСНОВКИ</b>	219
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b>	222
<b>ДОДАТКИ</b>	251

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Пріоритетним напрямом державної політики, як зазначено у Законі України "Основи законодавства України про охорону здоров'я" (1992, редакція 2020), Державній цільовій соціальній програмі розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року, Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація" визначено нормативи та регулятори впровадження загальнодержавних програм охорони здоров'я у всі сфери життя та діяльності людини. У зазначеному контексті актуалізується необхідність збереження професійного здоров'я педагогічних працівників як важливого шляху забезпечення ефективного розв'язання ними професійних завдань та успішної життєдіяльності.

Особливого значення в умовах реформування освітньої галузі, про що йдеться у законах України "Про дошкільну освіту" (2001, редакція 2021), "Про фізичну культуру і спорт" (1994, редакція 2018), "Національній доктрині розвитку освіти та фізичної культури і спорту" (2004, редакція 2018), проблема збереження та зміцнення професійного здоров'я набуває для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, оскільки саме їхня професійна діяльність забезпечує формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку, закладає основи здоров'я майбутньої нації.

Вивчення практики роботи закладів дошкільної освіти засвідчило, що на етапі інтенсивних змін у галузі дошкільної освіти наявний стан соматичного здоров'я, психічного та соціального благополуччя педагогічних працівників, про що засвідчує порівняльна характеристика суб'єктивних та об'єктивних показників якості життя, не відповідають вимогам суспільства та особистості щодо ефективного виконання професійних завдань, творчого розвитку та самовдосконалення.

Одним із шляхів вирішення окресленого завдання є системна організація методичної роботи у закладах дошкільної освіти, орієнтована на комплексне

використання активного соціального та природного середовищ, оздоровчого потенціалу рекреаційних ресурсів.

Значущість феномену здоров'я відображена як у класичній спадщині (Гіппократ, Демокріт, Геракліт, Платон, Аристотель, Гален, Квінтіліан, Я. А. Коменський, Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, К. Гельвецій, А. Дістервег, М. Пирогов, К. Ушинський, В. Бехтерев, П. Лесгафт), зарубіжній науці (Е. Аронсон, С. Джексон, К. Маслач, Б. Перлман, А. Пінес, Дж. Фрейденберг, Е. Хартман та ін.), так і у вітчизняній науковій думці (М. Амосов, Г. Апанасенко, В. Бойко, І. Брехман, Т. Бойченко, В. Бутенко, Н. Водоп'янова, О. Кудрявцева, В. Орел та ін.).

Науковцями розглядаються багатокomпонентні характеристики здоров'я (Б. Братусь, Г. Воскобойнікова, М. Гончаренко, В. Горащук, І. Дубровіна, І. Єжов, В. Кукушин, Л. Сущенко, А. Царенко та ін.), психолого-педагогічні аспекти виявлення професіогенних факторів ризику (Б. Ананьєв, О. Донченко, Е. Зеєр, Н. Кузьміна, А. Маркова, Л. Мітіна, М. Рибніков, С. Рубінштейн, В. Семиченко, В. Сластьонін, Т. Титаренко та ін.), особливості професійного здоров'я педагогів (Т. Андрющенко, В. Бобрицька, Б. Долинський, Л. Іващук, Г. Мешко, Н. Миськова та ін.).

В основу сучасних досліджень ролі рекреаційного ресурсу як засобу оптимізації якості життя людини покладено ідеї практико-орієнтованої діяльності Л. Гуліка (США), Х. Йордана (Польща, ігрові майданчики "Йорданські сади"), І. Єфімова (Українська федерація оздоровчої скандинавської ходи), а також теоретичні положення, спрямовані на вивчення проблеми історії становлення та розвитку рекреаційної діяльності (Т. Круцевич, Н. Пангелова, С. Пангелов), визначення її концептуальних засад, принципів, форм реалізації в умовах оздоровлення населення (Б. Рассел, І. Кулік, А. Орлов, Ю. Рижкін, Л. Скрипник, Г. Чепурда та ін.).

Аналіз дисертаційних робіт засвідчує посилену увагу до проблем: забезпечення умов здоров'язбереження педагогічних працівників (М. Лехолетова, В. Мойсеюк, О. Шукатка); впливу професії на стан здоров'я



(В. Грибан); використання рекреаційних ресурсів як засобу оволодіння життєвими навичками здоров'язбереження (О. Бейдик, В. Головкіна, О. Музиченко-Козловська, О. Ніколаєва, І. Смадич, А. Тимейчук).

Проте теорія і практика проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є практично не розробленою, потребує всебічного комплексного вивчення, а також створення якісно нової моделі збереження професійного здоров'я на основі інноваційних підходів.

Аналіз окресленої проблеми свідчить про наявність та необхідність вирішення кількох основних *суперечностей*, а саме:

- між задекларованими у нормативних документах базовими положеннями сучасної політики у галузі охорони здоров'я та збільшенням навантажень педагогічних працівників у ході модернізації освітнього процесу закладів дошкільної освіти;

- між потребою у збереженні життєвих ресурсів для ефективного виконання професійних завдань педагогічними працівниками закладів дошкільної освіти та обмеженістю чітко окреслених шляхів реалізації цього завдання;

- між високим рівнем зацікавленості закладів дошкільної освіти в практико-орієнтованих методиках збереження та зміцнення професійного здоров'я педагогічних працівників і переважанням традиційних підходів до впровадження програм охорони здоров'я.

Отже, актуальність проблеми, її недостатня вивченість та необхідність наукової розробки зумовили вибір теми дослідження: **"Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти"**.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційна робота виконана в межах комплексної наукової теми кафедри педагогіки, професійної освіти та управління освітніми закладами Житомирського державного університету імені Івана Франка "Професійна підготовка майбутніх фахівців у умовах ступеневої освіти" (РН №0110U002274). Тема дисертації затверджена на засіданні вченої ради

Житомирського державного університету імені Івана Франка (протокол № 6 від 23.01. 2015 р.).

**Мета дослідження** – науково обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників.

Відповідно до мети визначено основні **завдання дослідження**:

1. Здійснити сутнісну характеристику базових понять дослідження з урахуванням сучасних методологічних підходів.
2. Визначити критерії, показники та ступені їх збалансованості для характеристики стану професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.
3. Окреслити специфіку використання оздоровчого потенціалу рекреаційного підходу в організації методичної роботи закладів дошкільної освіти.
4. Науково обґрунтувати модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я.
5. Експериментально перевірити ефективність авторської моделі на основі її поетапного впровадження.

**Об'єкт дослідження** – методична робота у закладах дошкільної освіти.

**Предмет дослідження** – зміст, форми, методи, засоби методичної роботи закладів дошкільної освіти, спрямовані на збереження професійного здоров'я педагогічних працівників.

Для розв'язання поставлених завдань були використані наступні **методи дослідження**:

– *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення) – для вивчення науково-методичної, психолого-педагогічної літератури з теми дослідження, проведення категоріального аналізу базових понять дослідження та окреслення взаємозв'язку між ними; *емпіричні* (анкетування, спостереження, опитування, самооцінка, тестування) – з метою визначення стану професійного здоров'я педагогічних працівників на всіх етапах

дослідження; *педагогічний експеримент* – для перевірки ефективності впровадження розробленої авторської моделі у практику роботи закладів дошкільної освіти; *методи математичної статистики* – з метою кількісного та якісного аналізу одержаних результатів на основі встановлення кількісних показників щодо оцінювання досліджуваного явища, а також підтвердження їх вірогідності.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідно-експериментальна робота виконувалася на базі ряду закладів дошкільної освіти, зокрема, Житомирських дошкільних навчальних закладів (№ 15, № 40, № 43, № 61), Баранівського закладу дошкільної освіти комбінованого типу "Сонечко" (Житомирська область), дошкільного навчального закладу (ясла-садок) комбінованого типу № 2 "Калинонька" (м. Бердичів, Житомирська область), комунального закладу освіти "Дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) комбінованого типу № 12 "Журавлик" (м. Синельниково, Дніпропетровська область), комунального дошкільного навчального закладу (ясла-садок) № 67 (м. Краматорськ, Донецька область), Сумського дошкільного навчального закладу (Центр розвитку дитини) № 14 "Золотий півник", Хмельницького дошкільного навчального закладу № 23 "Вогник", дошкільного навчального закладу № 25 Центр розвитку дитини "Малюк" (м. Чернівці) та закладів післядипломної педагогічної освіти: комунального закладу "Житомирський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти" Житомирської обласної ради ", Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області. Експериментальним дослідженням було охоплено 28 директорів та методистів закладів дошкільної освіти, 384 педагогічних працівника (на констатувальному етапі експерименту – 237 осіб, на формувальному – 147 осіб (73 особи – експериментальні групи, 74 особи – контрольні групи).

**Наукова новизна дослідження** полягає в тому, що в дисертації:

– *вперше* системно висвітлено оздоровчий потенціал рекреалогічного підходу для забезпечення умов здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти; теоретично обґрунтовано, розроблено структуру та зміст моделі системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я, що вміщує цільовий,

змістовий, процесуальний та діагностувально-результативний блоки; критерії та показники оцінки стану професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти; зміст поняття "ступінь збалансованості" для визначення досконалості професійного здоров'я; визначено стан професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти на основі аналізу ступеню їх збалансованості;

–*удосконалено* напрями реалізації методичної роботи у закладах дошкільної освіти; підходи, зміст, форми, методи, засоби здоров'язбереження педагогічних працівників; уточнено сутність базових понять дослідження: "здоров'я", "професійне здоров'я", "рекреалогічний підхід", "методична робота закладів дошкільної освіти із здоров'язбереження педагогічних працівників";

– *подальшого розвитку* набули концептуальні положення системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти із здоров'язбереження педагогічних працівників, а також теоретичні і прикладні аспекти реалізації рекреалогічного підходу в процесі оздоровлення педагогічних працівників.

**Практичне значення** дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані для розв'язання проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти шляхом системної організації методичної роботи на основі використання рекреалогічних ресурсів. За результатами дослідження розроблено та впроваджено у практику методичної роботи закладів дошкільної освіти авторську програму, що забезпечила діяльність творчої групи "Школа сприяння здоров'ю". Матеріали дисертації можуть бути використані вихователями-методистами закладів дошкільної освіти, викладачами закладів вищої освіти з метою вдосконалення змісту і процесу професійної підготовки педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, а також у системі післядипломної педагогічної освіти.

Результати дослідження **впроваджено** у закладах дошкільної освіти: м. Житомира (довідка № 53 від 25.05. 2020 р., довідка № 35 від 28.05. 2020 р., довідка № 24 від 27.05. 2020 р., № 40 від 26.05. 2020 р., Баранівському закладі дошкільної

освіти комбінованого типу "Сонечко" (Житомирська область) (довідка № 47 від 29.05.2020 р.), дошкільному навчальному закладі (ясла-садок) комбінованого типу № 2 "Калинонька" (м. Бердичів, Житомирська область) (довідка № 34 від 03.06.2020 р.), комунальному закладі освіти "Дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) комбінованого типу № 12 "Журавлик" (м. Синельниково, Дніпропетровська область) (довідка № 01-20101/53 від 28.05.2020 р.), комунальному дошкільному навчальному закладі (ясла-садок) № 67 (м. Краматорськ, Донецька область) (№ 25 від 28.05.2020 р.), Сумському дошкільному навчальному закладі (Центр розвитку дитини) № 14 "Золотий півник" (довідка № 01.36/185 від 27.05.2020 р.), Хмельницькому дошкільному навчальному закладі № 23 "Вогник" (довідка № 01-31/07.1 від 20.05.2020 р.), дошкільному навчальному закладі № 25 Центрі розвитку дитини "Малюк" (м. Чернівці) (довідка № 70 від 19.05.2020 р.) та закладах післядипломної педагогічної освіти: комунальному закладі "Житомирський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти" Житомирської обласної ради (довідка № 01-302 від 30.06.2020 р.), Інституті післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області (довідка № 01-10/285 від 05.06.2020 р.).

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення та результати дослідження доповідалися на науково-практичних конференціях, круглих столах і педагогічних читаннях різного рівня, зокрема: *міжнародних*: IX Міжнародний фестиваль педагогічних інновацій "Використання інтерактивних методів у системі семінарських занять з педагогами як засіб підвищення їх професійної компетентності" (Черкаси, 2017, очна), XIX науково-практична "Науково-педагогічні школи: проблеми, здобутки та перспективи розвитку" (Житомир, 2018, очна), II науково-практична конференція "Сучасні стратегії педагогічної освіти в контексті розбудови суспільства сталого розвитку та євроінтеграції" (Київ, 2019, заочна), XXI науково-практична конференція "Тенденції розвитку педагогічної освіти в Україні" (Житомир, 2019, очна), XXII науково-практична конференція "Теоретичні і методичні засади розвитку професійної компетентності майбутніх фахівців в умовах освітніх змін" (Бар, Вінницька область, 2020, очна); *всеукраїнських*: "Інтеграція ІКТ в систему методичної роботи з

педагогічними працівниками" (Житомир, 2014, очна), "Інтеграція інтерактивних методів у систему методичної роботи з педагогами як складової забезпечення ефективності освітнього процесу в ДНЗ" (Житомир, 2016, очна), "Компетентнісний підхід до розвитку особистості через впровадження освітньої програми "Впевнений старт" (Житомир, 2018, очна); *міжвузівських*: інтерактивних методологічних семінарах молодих дослідників "Компетентнісні засади освітнього процесу в умовах діяльності наукових шкіл: вітчизняний та міжнародний досвід" (Житомир, 2018, очна), "Компетентнісні засади освітнього процесу в умовах підготовки педагогічних та професійних кадрів вітчизняний та міжнародний досвід" (Житомир, 2019, очна).

Висновки дисертаційної роботи доповідалися на міжкафедральних семінарах, засіданнях кафедри педагогіки, професійної освіти та управління освітніми закладами Житомирського державного університету імені Івана Франка, кафедри суспільно-гуманітарних дисциплін КЗ "Житомирський ОППЮ" ЖОР (2015-2020).

**Публікації.** Основні результати дослідження відображено в 20 публікаціях (19 одноосібних), з яких 7 статей у фахових наукових виданнях України (зокрема, 2 публікації у наукових виданнях, включених до міжнародних наукометричних баз), 1 стаття у іноземному науковому періодичному виданні, 13 статей та доповідей на наукових конференціях, у збірках наукових праць.

Особистий внесок автора у статті "Методологічні засади дослідження збереження проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти" (2019), опублікованій у співавторстві з Н. Сидорчук, полягає у здійсненні аналізу наукових підходів дослідження проблеми здоров'язбереження на конкретнонауковому рівні.

**Структура та обсяг дисертації.** Робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до кожного з них, загальних висновків, додатків, списку використаних джерел. Текст роботи ілюстрований 21 таблицею та 11 рисунками. Загальний обсяг дисертації – 279 сторінок (основна частина – 187 сторінок). До списку використаних джерел включено 287 найменувань, з яких 7 – іноземною мовою).

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

### ***1.1. Методологічні основи вивчення проблеми системної організації збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти***

Державна політика у галузі здоров'язбереження визначає вчителя носієм культури взагалі та культури здоров'я зокрема. Відтак, на етапі модернізації вітчизняної освіти у межах реформ, що реалізуються в усіх освітніх ланках, виникає потреба в педагогічних працівниках, готових не лише творчо реалізувати себе, але й орієнтованих на збереження і підтримку власного здоров'я та здоров'я підростаючих поколінь на всіх етапах освітньої діяльності.

Проблема професійного здоров'я педагогів набуває особливої важливості й все більше привертає увагу науковців. Значна кількість теоретичних і практичних робіт з питань професійного здоров'я свідчать про існування стабільно високого попиту освітянської громади на вивчення проблем збереження та відновлення життєвих ресурсів, раціоналізації педагогічної діяльності (Т. Андрющенко, Г. Апанасенко, В. Бобрицька, Е. Вайнер, В. Грибан, Б. Долинський, Л. Іващук, Н. Миськова, Л. Мітіна, Р. Валецька та ін.).

Особливої актуальності в умовах реформування освітньої галузі, як зазначено у "Про дошкільну освіту" (2017 р.), вона набуває для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, оскільки діяльність саме зазначеної категорії фахівців забезпечує формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку з перспективою на майбутнє не тільки самої людини, але й суспільства у цілому.

Спираючись на мету та завдання дослідження, розглянемо специфіку здоров'язбережувальної складової професійної діяльності педагогічних працівників, фахова діяльність яких визначає потребу постійного підвищення професійного рівня, в тому числі, методичної з відривом та без відриву від виробництва, чим окреслює формат багатовекторного розв'язання завдань

дослідження<sup>1; 2; 3</sup>.

У зазначеному контексті складність, багатогранність і міждисциплінарний статус актуалізованої проблеми потребує визначення загальної стратегії наукового пошуку крізь призму методологічних постулатів – фундаменту, з позицій якого дається пояснення основних педагогічних явищ, розкриваються їх закономірності на основі використання відповідних наукових підходів<sup>4; 5</sup>. Виокремимо ті з них, які відповідають розв’язанню поставлених наукових завдань та відповідають трьом рівням побудови методології: філософському, загальнонауковому, конкретно науковому та включає аналіз траєкторії виникнення, становлення та розвитку досліджуваної проблеми; динаміку змін та уявлень актуалізованих наукових положень; інституційні структури, що забезпечують підготовку і удосконалення особистості як професіонала; внутрішні і зовнішні по відношенню до суб’єкта умов праці, що впливають на динаміку професійного та особистого життя та розвитку.

Побудова методології як сукупності прийомів дослідження забезпечує процес пізнання, розкриває культурно-історичну природу його засобів, пізнавальних установок. Визнаючи, що здоров’я є однією із фундаментальних характеристик людського існування, в якій поєднуються фізіологічні, етичні, екзистенційні, соціокультурні смисли, окреслимо *загальнометодологічну складову* наукового пошуку, роль якої у межах актуалізованої проблеми виконує *філософська методологія*, оскільки осмислення складної, сповненої протиріч внутрішньої, тобто духовно-моральної сутності людини, визначення

<sup>1</sup>Олійник, В. В., та Даниленко, Л. І., 2001. Концептуальні засади підготовки педагогічних та керівних кадрів освіти України в сучасних умовах. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*: зб. наук. пр. Київ: Логос, вип. 4, с. 69–77.

<sup>2</sup>Миськова, Н. М., 2018. Сучасні підходи до підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти. *Народна освіта*: електронне наукове фахове видання. Київ, № 2 (35), [online]: Режим доступу: [https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page\\_id=5326](https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5326) [Дата зверн. 22.06.2017]

<sup>3</sup>Миськова, Н. М., та Гончар, Н. П., 2020. Особливості саморозвитку вихователя закладу дошкільної освіти в умовах професійної діяльності. *Інноваційна педагогіка*: зб. наук. праць. Київ, вип. 25, т. 1, с. 163–166.

<sup>4</sup>Краевский, В. В., и Бережнова, Е. В., 2006. *Методология педагогики: новый этап*: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. Москва: Академия, с. 16–17.

<sup>5</sup>Миськова, Н. М., 2018. *Підготовка майбутніх вихователів до формування навичок сталого розвитку*: навч.-метод. посіб. Хмельницький: ХГПА, с. 93.



міри її морального здоров'я, вимагає глибокого філософського аналізу.

Відповідно до зазначеного вище, ключовим методологічним засобом вивчення проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників визначаємо *діалектику* як науково-філософський метод пояснення та опису найбільш загальних законів розвитку природи, суспільства та людської свідомості через подолання відповідних протиріч<sup>6</sup>.

За таких умов пізнання досліджуваного явища передбачає використання її основних законів: *загальних* ("закон переходу кількісних змін у якісні" – взаємозалежність кількісних та якісних характеристик здоров'я як соціального феномену, "закон єдності і боротьби протилежностей" – багатовимірність порівняння життя і здоров'я, хвороби і здоров'я; подолання протиріч між наявним способом життя та вибудовування перспектив підвищення його якості шляхом включення у здоров'язбережувальну діяльність), "закон заперечення старого як необхідного для утворення нового" – опора на державну політику у сфері здоров'я та визнання її пріоритетних положень), що діють у всіх сферах дійсності, та *специфічних* ("сходження від абстрактного до конкретного", "співвідношення аналізу та синтезу", на тлі яких оптимізується структурування, формулювання й детермінація базових понять, ключових положень дослідження та ін.), що притаманні лише певній сфері дійсності та мислення, а результати щодо їх застосування фіксуються у мові та інших знакових системах<sup>7; 8</sup>.

За своєю внутрішньою структурою діалектика, як всезагальний метод пізнання, спирається на ряд *принципів*, призначення яких – вести пізнання до усвідомлення наявних протиріч<sup>9</sup>.

Основними органічно доповнюючими один одного принципами наукового пошуку визначено принципи об'єктивності, системності, історизму,

<sup>6</sup> Кемеров, В. Е., ред., 2004. *Современный философский словарь*. 3-е изд., испр. и доп. Москва: Академический Проект, с. 190.

<sup>7</sup> У тому ж джерелі, с. 192.

<sup>8</sup> Давидович, В. В., 1997. Здоровье как философская категория. *Валеология*. Москва, № 1. с. 12–15.

<sup>9</sup> Алексеенко, В. А., 2007. *Системный подход к управлению качеством образовательной деятельности вузов России*. Москва: Из-во Национального института бизнеса, с. 26.

єдності духовного і тілесного, ментального і фізичного, розуміння сутності людини як суб'єкта власної життєдіяльності<sup>10</sup>; <sup>11</sup>.

Спрямованість філософії в межах розв'язання протиріч проблеми здоров'язбереження проявляється в трьох інваріантних площинах: правильне мислення, правильна поведінка, правильне життя.

Як зазначає О. Ісакова, "...філософія виступає проти абсолютизації саме фізіологічних параметрів здоров'я, які призводять до дисгармонії між фізичним і духовним (інтелектуальним, моральним) початком людини, розкриває значимість нефізичних аспектів здорового способу життя (етичних, естетичних, загальнокультурних), показуючи їх позитивну роль в процесі повноцінного становлення особистості", обґрунтовує свою власну цінність як головного аксіологічного активатора здоров'язбереження, оскільки формує те, що називається "здоровим способом думки"<sup>12</sup>; <sup>13</sup>.

Ключовими для реалізації завдань дослідження визначено базові постулати філософії освіти щодо духовно-морального, гуманістичного потенціалу філософії. Особливе місце на шляху окреслення пріоритетів ціннісної мотивації здорового способу життя займає *аксіологічний потенціал філософії*.

Не заперечуючи ролі оздоровчих заходів, дидактичного просвітництва у розв'язанні проблеми здоров'язбереження людини, у межах розширення спрямованості здорового способу життя як особливого ціннісно-мотиваційний пріоритету особистості, аксіологічна складова філософії забезпечує можливість поєднання його фізіологічних характеристик з рядом нефізіологічних параметрів (етичних, естетичних, інтелектуальних, загальнокультурних та ін.)<sup>14</sup>; <sup>15</sup>. У зазначеному контексті формування

<sup>10</sup>Кремень, В. Г., та Ільїн, В. В., 2005. *Філософія: мислителі, ідеї, концепції*: підручник. Київ: Книга, с. 27–28.

<sup>11</sup> Осадча, О. Ю., 2008. Філософсько-педагогічні ідеї В. О. Сухомлинського щодо впровадження здоров'язберігаючих методик у роботі з дітьми. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна*. Харків, № 799, с. 103.

<sup>12</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 44.

<sup>13</sup>Розин, В. М., 2000. Здоровье как философская и социально-психологическая проблема. *Мир психологи*. Москва, № 1, с. 12–31.

<sup>14</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 40–43.

мотивації до повноцінного життя передбачає розуміння нерозривності морального і фізичного здоров'я особистості.

Зазначена концепція "всебічного розкриття людини як цілісної особистості" знаходить відображення у фундаментальній праці М. Рубінштейна "Про сенс життя"<sup>16</sup>.

Здоров'я в аксіологічному контексті демонструє значення ідеальних феноменів, що дозволяють людині бути гідним членом суспільства, здатність свідомо обирати цілі і цінності внаслідок високої організації внутрішнього світу<sup>17</sup>.

Цілісне спрямування наукового пошуку визначається *загальнонауковим рівнем* методологічного концепту та передбачає використання ряду *підходів* як особливих способів пізнання об'єктивної реальності, що визначаються умовами дослідження та найбільш повно розкривають проблемність досліджуваного феномену, поширення системи ідей визначеного наукового напрямку на предмет дослідження.

Так, проблема збереження професійного здоров'я педагогічних працівників потребує розгляду з кількох позицій: як певної якісної одиниці; як системи зі специфічними закономірностями реалізації на практиці (виділення параметрів та способів їх організації); як вияв зовнішніх взаємозв'язків – певних умов існування (людина в контексті її життєдіяльності). Реалізація поставленого завдання ґрунтується на використанні *системного підходу*, застосування якого забезпечує розкриття цілісності об'єкта, виявлення дослідником різноманітних типів зав'язків в його межах і зведення їх в єдину теоретичну картину.

У цілому системний підхід забезпечує комплексне вивчення проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників та їх готовності до зміни життєвих пріоритетів. Комплексний аналіз наукових джерел дозволяє констатувати, що *системний підхід* описує здоров'я як систему з її підсистемами і елементами (психічне, соціальне, духовне), а також зв'язками

<sup>15</sup> Нижников, С. А., 2001. Пути обретения здоровья и мировоззрение. *Философия здоровья*. Москва, с. 5–24.

<sup>16</sup> Рубинштейн, М. М., 2010. *О смысле жизни*. Москва: Проспект, с. 86.

<sup>17</sup> Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 247.

між ними та розглядає особистісне здоров'я як "цілісне утворення, систему, що включає в себе підсистеми: психофізичну, морально-вольову та соціальну". Підсистеми, взаємодіючи між собою, формують нові властивості здоров'я як цілісного утворення (системи). Їх рівновага, що характеризує "благополуччя" системи, її сталий розвиток, називається здоров'ям базової системи<sup>18, 19</sup>.

Згідно з визначенням системних об'єктів та їх характеристик виділяють методологічні принципи, які забезпечують системну спрямованість дослідження і практичного пізнання об'єкта, серед яких *принцип цілісності*, за яким досліджуваний об'єкт виступає як явище, що складається з окремих частин (тілесне, душевне, духовне), органічно інтегрованих в єдине ціле (здоров'я). Відповідно до зазначеного вище, дослідження потребує опису механізмів *цілісного функціонування досліджуваної системи* – професійного здоров'я. "Всі частини цілого і саме ціле характеризується у цьому випадку таким сутнісним параметром, як еманація"<sup>20</sup>, тобто випромінювання твірної енергії. За таких умов ціле (здоров'я) виступає в якості енергетичного резонатора всіх твірних процесів (еманацій), своєрідним обертоном усіх енергетичних процесів-частин.

Використання цілісного підходу до проблеми збереження здоров'я орієнтоване й на розробку комплексної оздоровчої траєкторії (програми): від блоків організаційно-діагностувальних заходів (лабораторна, функціональна діагностика захворювань різних нозологічних форм та ін., стану здоров'я, стану професійного здоров'я), інформаційно-профілактичних заходів (розробка та провадження системи заходів інформаційного забезпечення слухачів з питань здорового способу життя) до оздоровчо-корекційних заходів (диференційовані фізичні навантаження відповідно до функціональних характеристик організму людини, гідрокінезотерапія, працетерапія, режим

<sup>18</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 230.

<sup>19</sup>Иванюшкин, А. Я., 1982. Здоровье и болезнь в системе ценностных ориентаций человека. *Вестник АМН СССР*. Москва, т. 45, № 1, с. 49–58.

<sup>20</sup>Зязюн, І. А., 2008. *Філософія педагогічної дії*: монографія. Київ, Черкаси: Вид. від. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, с. 11–12.

праці та відпочинку, загартування, гігієна харчування та сну), оцінки ефективності профілактичних заходів<sup>21; 22; 23</sup>.

Розв'язання завдання "подолання суперечностей між стабільністю, загальною необхідністю і змінністю, хаотичною випадковістю" у ході дослідження феномену здоров'я визначає потребу використання *синергетичного підходу*. За своєю сутністю синергетичний підхід – це сучасна теорія самоорганізації. І. Предборська у своїх працях дійшла висновку, що саме "синергетика, по-перше, пропонує модель саморозвитку людини в світі, що швидко змінюється і саморозвивається; по-друге, виходить на найважливішу світоглядну проблему – пошук людиною свого місця в ньому"<sup>24</sup>. Варто констатувати той факт, що саме цей підхід дозволяє визначити характер зв'язків і психологічні механізми регуляції здоров'я як самоорганізованої системи. З позицій синергетики, професійні рішення та дії визначаються на основі аналізу особливостей власного стилю роботи, власного "Я". Саме тут перетинаються основні напрями синергії, коли декларовані на державному рівні здоров'язбережувальні концепції виходять на рівень конкретного фахівця.

Необхідно зауважити, що одним із найважливіших завдань системних досліджень є формування нового погляду на людину, тому надзвичайно актуальним для реалізації дослідження є *гуманістичний підхід*, у рамках якого людина розглядається як неповторна унікальна цілісність з певним ступенем свободи від зовнішньої детермінації завдяки цінностям, якими у межах актуалізованої проблеми є здоровий спосіб життя. Так, Карл Роджерс, один із засновників гуманістичного підходу, стверджував, що прагнення до покращення здоров'я і самоактуалізації є частиною людської природи. Воно –

---

<sup>21</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 112–113.

<sup>22</sup> Баевский, Р. М., 1993. *Донозологическая диагностика в оценке состояния здоровья. Валеология: диагностика, средства и практика обеспечения здоровья*. Санкт-Петербург, с. 33–48.

<sup>23</sup> Дубровский, В. И., 1999. *Валеология. Здоровый образ жизни*. Москва : ФЛИНТА, с. 41.

<sup>24</sup>Предборська, І., ред., 2006. *Філософські обриси сучасної освіти*: монографія. Суми: ВТД "Університетська книга", с. 23.

"головний мотивуючий фактор для людей, яким не заважають проблеми минулого або переконання, що обмежують їх поведінку"<sup>25</sup>.

За М. Лук'янченко, "...здорова людина усвідомлює свої емоції, незалежно від того, виражені вони чи ні. Повноцінно функціонуюча здорова особистість – це особистість, яка перебуває у процесі зміни. Така людина прагне до якнайповнішої самореалізації та самовдосконалення, вільно реагує на ситуацію та проявляє бажання бути тим, ким вона може бути"<sup>26</sup>. Визначена життєва стратегія підсилюється урахуванням положень *особистісного підходу*, який вивчає питання ролі особистості в суспільстві та колективу в її розвитку, аспекти всебічного гармонійного розвитку особистості. Цікавими, зокрема в межах нашого дослідження, є висновки Е. Зеєра про роль особистісного підходу у становленні духовності особистості. На його думку, це "дозволяє їй реалізувати свою природну, біологічну і соціальну сутність" як складові здоров'я. Досягнення бажаного результату відбувається шляхом створенням умов, що задовольняють потреби бути особистістю духовно багатою, морально стійкою, психічно здоровою<sup>27</sup>.

Роль особистості педагога з урахуванням ключових аспектів *особистісного підходу* визначається його суспільним призначенням як носія культури здоров'язбереження. Однак надмірне підвищення впливу несприятливих чинників, обумовлених специфікою професійної діяльності, роблять самого вчителя об'єктом цілеспрямованих просвітницьких та профілактичних впливів<sup>28, 29</sup>.

За таких умов реалізація завдань наукового пошуку посилюється поєднанням особистісного підходу з *діяльнісним (діяльнісно-творчим)*, оскільки саме "діяльність є основою, засобом і вирішальною умовою розвитку

<sup>25</sup>Роджерс, К., 1994. *Взгляд на психотерапию. Становление человека*. Москва, с. 247.

<sup>26</sup>Лук'янченко, М., 2013. Теоретичні засади педагогіки здоров'я. *Проблеми гуманітарних наук. Філософія*. № 31, с. 106–117.

<sup>27</sup>Зеєр, Е. Ф., 1988. *Профессиональное становление личности педагога*. Свердловск, с. 34.

<sup>28</sup>Хохліна, О. П., 2019. Особистісний підхід як методологічний інструментарій забезпечення становлення в людини її індивідуальності. *Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства*: кол. монографія. Київ: ТОВ "АльфаПІК", с. 76–85.

<sup>29</sup>Верхорубова, О. В., 2012. Многообразие определений феномена "культура здоровья". *Вестник ТГПУ*. Томск, № 5 (120), с. 161–164.

особистості" й саме в такий спосіб досягається необхідна цілісність у її формуванні (Д. Ельконін, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн). Зміст діяльнісного підходу полягає в тому, що "людська психіка не тільки проявляється, але й формується в діяльності"<sup>30</sup>; <sup>31</sup>. Його застосування дозволяє глибоко дослідити механізми формування структурних компонентів діяльності, а саме: ціле-мотиваційного, системи дій, умінь, навичок на кожному з етапів професійної діяльності тощо, а також подолати протиріччя між декларативною пропагандою "здорового способу життя" та реальним емпіричним досвідом педагога на основі парадигми здорового життя на всіх рівнях (фізичному, інтелектуальному, психічному і духовно-моральному). У зазначеному контексті забезпечується можливість розглядати педагога як активного суб'єкта власного розвитку, який здатен безпосередньо впливати на збереження власного здоров'я, робити вільний особистісний вибір, самостійно організувати власне життя тощо.

*Конкретно-науковий рівень* методології вивчення проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників представлено підходами, що забезпечують розуміння суті, характеру, чинників досліджуваного явища, особливостей його конструювання та впровадження у практику здоров'язбережувальної діяльності.

*Всезагальний характер проблеми здоров'я* визначається глобальним здоров'ям людства, здоров'ям окремої людини, популяційним здоров'ям та здоров'ям націй країн світу<sup>32</sup>; <sup>33</sup> на основі гармонійного злиття природи та суспільства<sup>34</sup> або *теорії ноосфери* В. Вернадського.

<sup>30</sup> Чернілевський, Д. В., Томчук, М. І., Дубасеню, О. А., Антонова, О. Є., Захарченко, В. П., Вознюк, О. В., та Сіранчук, Н. З., 2012. Методологія, методика і методи організації науково-педагогічних досліджень. *Методологія наукової діяльності*: навч. посіб. Вінниця: Нілан-ЛТД, с. 216–241.

<sup>31</sup> Афанасьев, В. А., 2006. Основы психологии здоровья. *Концептуальные основы психологи здоровья*. Санкт-Петербург: Речь, с. 64.

<sup>32</sup> Акімов, А. Є., 1998. Наука про енергетичну суті світогляду. Фізичні моделі світу. Сходінки майбутнього синтезу. *Сучасний стан культури і проблеми духовно-етичного виховання людини*: мат. межд. общ.-практ. конф. Мінськ: ІП "Лотаць", с. 30–47.

<sup>33</sup> Юдин, Б. Г., 2001. Здоровье человека как проблема гуманитарного знания. *Философия здоровья*. Москва, с. 61–86.

<sup>34</sup> Вернадский, В. И. *Несколько слов о ноосфере*, [online]. Режим доступу: <http://vernadsky.lib.ru/e-texts/archive/noos.html> [Дата зверн. 22.07.2016].

Гармонізатором соціоприродних відносин, згідно В. Вернадського, стає людський розум, який вбудовується в так звані гомеостатичні механізми (механізми стійкості) біосфери і планети Земля, як суперорганізм<sup>35</sup>.

Тобто значущість здоров'я не обмежується її ставленням до індивідуального здоров'я. Її роль розглядається з позиції законів Всесвіту, що визначають життя майбутніх поколінь. У межах актуалізованої проблеми такий підхід до розуміння проблеми здоров'я забезпечує можливість людині жити та працювати у гармонії з соціальним та природним середовищами, із собою, а також прагнути до удосконалення себе та найближчого оточення, зберігати та примножувати життєві ресурси.

Для обґрунтування ключових положень проблеми здоров'я О. Васильєва та Ф. Філатов доводять необхідність застосування *нормоцентричного підходу*, у рамках якого здоров'я розглядається як "сукупність середньостатистичних норм сприймання, мислення, емоційного реагування та поведінки, в поєднанні з нормальними показниками соматичного стану індивіда<sup>36</sup>. Таким чином, здоров'я і норма в даному контексті ототожнюються та розглядаються як синоніми. З опорою на базові постулати нормоцентричного підходу здоров'я (в тому числі професійне) визначається абсолютною нормою життя та діяльності, а для педагогічних працівників стає нормованою життєвою траєкторією.

Урегулювання розуміння і трактування людиною ставлення до навколишнього середовища і власного здоров'я (гармонії) ґрунтується на постулатах *культурологічного підходу*, який найважливішою складовою загальної системи культури визначає культуру здоров'я. Культура здоров'я є явищем комплексним та являє собою сукупність досягнень людства в різноманітних сферах: побуті, ідеології, освіті та вихованні, науці, мистецтві, літературі.

З позицій сучасних наукових уявлень під культурою здоров'я слід

<sup>35</sup>Вернадський, В. И., Казначеев, В. П., и Спирин, Е. А., 1991. *Космопланетарный феномен человека*. Новосибирск: Наука, с. 39.

<sup>36</sup>Васильева, О. С., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 17–18.



розуміти "ступінь досконалості, що досягається в оволодінні теорією і практикою оптимізації життєдіяльності людини, спрямованої на адекватну реалізацію її генетичного потенціалу, зміцнення і розвитку резервних можливостей організму, з одного боку, й оздоровлення навколишнього її біосоціального середовища, з іншого, що в кінцевому підсумку сприятиме успішному виконанню функцій індивіда і прогресу людства в цілому"<sup>37</sup>; <sup>38</sup>. Визначаючи майбутнє людства, теорія культурного освоєння світу еволюцію суспільства напрядує пов'язує із здоровим суспільством.

Використання зазначеного підходу доповнюється *крос-культурним*, що розглядає здоров'я через комплекс характеристик, детермінованих "специфічними соціальними умовами, культурним контекстом, своєрідністю образу життя й образу світу"<sup>39</sup>, та *соціально-орієнтованим*, що визначає характер впливу цивілізації на здоров'я і повноцінний розвиток людини (П. Бергер, Т. Лукман, П. Тищенко, З. Фрейд, Е. Фром, К. Хорні)<sup>40</sup>; <sup>41</sup>.

У цілому ж культура здоров'я вбирає в себе комплексне знання про людину, синтез якого обумовив виникнення, розвиток та наукове обґрунтування міждисциплінарної галузі науки, практики й освіти, що отримала назву валеологія та заклала підґрунтя для розгляду життєвих процесів та явищ на засадах *валеологічного підходу*, який розглядає здоров'я як самостійну соціально-медичну категорію, яка може бути охарактеризована кількісними і якісними показниками, визнає наявність перехідних станів між здоров'ям і хворобою та розглядає здоров'я як більш загальну категорію порівняно з "передхворобою".

Ґрунтуючись на цілісному уявленні про здоров'я як гармонії фізичного,

<sup>37</sup>Дубасенюк, О. А., 2011. *Концептуальні підходи до професійно-педагогічної підготовки сучасного педагога*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 28.

<sup>38</sup>Фаласеніді, Т. М., та Шийка, Ю. І., 2017. *Культура здоров'я як складова загальнонародської культури. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 277.

<sup>39</sup>Bilanov, O. S., 2020. Philosophical approaches to the understanding of the "health/illness" categories. *International journal of innovative technologies in social science*, 4(25), p. 10.

<sup>40</sup>Морванюк, В. Ю., 2017. Наукові підходи до проблеми здоров'язбереження. *Медсестринство*. Тернопіль, № 4, с. 27.

<sup>41</sup>Камінська, Т. М., 2017. Соціально-економічна роль здоров'я у людському розвитку. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 46.

психічного, соціального і духовного, валеологія розглядає її (гармонію) з позицій Всесвіту. Такий підхід до проблеми підкреслює планетарну значущість культури здоров'я (ноосферний підхід) як провідного чинника розвитку та еволюції людства.

Використання понять цілісного й інтегрованого здоров'я дозволяє у межах застосування валеологічного підходу вивчати й процеси оздоровлення динамічних систем, системно організовану підтримку та корекцію присвоєння людиною теоретичних, методологічних і аксіологічних настанов щодо здоров'язбереження, прийнятих як зразок для розв'язання завдань всіма членами суспільства<sup>42; 43</sup>.

Важливим доповненням до соціального контексту культурологічного підходу є застосування *дискурсивного підходу*, відповідно до якого здоров'я розглядається як соціальне явище, певна проекція і об'єктивація складної системи дискурсів. О. Васильєва вважає, що ключовим завданням його застосування в площині здоров'язбереження є "дискурсивний аналіз структури стійких уявлень і схем, що регулюють соціальну практику оздоровлення та визначають сучасне розуміння здоров'я і хвороби". На основі окреслених положень автор виділяє "медичний" і "духовно-екологічний дискурси". Під дією медичного дискурсу, на думку автора, сучасна людина звикає вирішувати всі проблеми, пов'язані зі здоров'ям, тільки "технічним шляхом", тобто шляхом уживання медикаментів, зверненням до лікаря. У полі духовно-екологічного дискурсу пріоритетне значення набувають "граничні можливості самореалізації особистості, її духовні та моральні детермінанти". Тим самим, зміст здоров'я визначається за допомогою уявного створення, конструювання певної життєвої стратегії, моделі та подальшого опису її впровадження в життя та професійну діяльність<sup>44</sup>.

Дослідження здоров'я як опосередкованого досвіду фізичного

<sup>42</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 226–227.

<sup>43</sup>Лисицын, Ю. П., 1986. *Слово о здоровье*. Москва, с. 83.

<sup>44</sup>Васильева, О. С., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 38.

нездужання ґрунтується на використанні феноменологічного підходу, який на перше місце висуває суб'єктивні переживання людини (Л. Бінсвангер, В. Дільтей, Р. Ленг, І. Ялом, К. Ясперс). Разом з тим, наявність знань про досвід нездужання розширює уявлення про здоров'я, визначає їх багатовимірний й об'ємний характер<sup>45</sup>; <sup>46</sup>. Важливим завданням побудови методології дослідження відповідно є визначення стратегії, що забезпечить результативність перетворювальних процесів у межах досліджуваної проблеми з опорою не тільки на визначену державою політику у галузі здоров'язбереження, але й її ресурсний потенціал (в тому числі, фінансовий).

Перспективність такого напряму практико орієнтованої складової наукового пошуку забезпечується базовими положеннями розробленої наприкінці 80-х років XX століття *Концепції людського розвитку* як складової Програми розвитку ООН (ПРООН). Ідейно вона відбиває пряму залежність між розвитком держави та інтересами людей, за якої "державна – для людей, а не люди – для забезпечення інтересів держави": прогрес варто розглядати в умовах постіндустріального суспільства не тільки з позицій зростання доходів та багатства, але й з позицій примноження здоров'я як одного з провідних показників людського розвитку взагалі.

За концепцією, для оцінки людського розвитку послуговуються розрахунком *індексу людського розвитку (ІЛР)* – усередненим інтегральним показником, який характеризує ступінь набуття людиною якісних ознак (тривалості життя, рівня освіти (грамотності дорослого населення), реального ВВП на душу населення та ін.)<sup>47</sup>; <sup>48</sup>.

Варто враховувати, що частково високий рівень названих показників може бути досягнутий шляхом використання людиною сучасних медичних

<sup>45</sup>Ясперс, К., 1997. *Общая психопатология*. Москва: Практика, с. 104.

<sup>46</sup> Андрющенко, Т. К., 2013. Аксіологічний аспект проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка*. Рівне, 1, с. 78–81.

<sup>47</sup> Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 14–15.

<sup>48</sup>Федонюк, Л. Я., Бігуняк, Т. В., Яковенко, М. Я., та Бігуняк, К. О., 2017. Вплив способу життя, екологічних та генетичних факторів на якість і тривалість життя людини. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 77.

препаратів. Однак, більш перспективним для конкретної людини та суспільства в цілому є така форма зцілення, що передбачає усунення причини хвороби, а отже, змінити поведінку, звички, характер мислення, спосіб життя. Такий *підхід* до процесу оздоровлення називають *віталістичним*, а його базовими постулатами визначають відновлення імунітету, гомеостазу, життєвої гармонії людини<sup>49; 50</sup>.

У зв'язку з цим, модель системної організації методичної роботи педагогічних працівників закладів дошкільної освіти має включати наскрізні механізми підвищення індексу людського розвитку, що включають державну політику у галузі здоров'язбереження, спроектовану на всі ланки освіти з урахуванням принципу неперервності та інтересів кожної людини.

Конкретизація розгляду досліджуваної проблеми передбачає й використання *професіографічного підходу*, у межах якого вивчення і проектування досліджуваного явища здійснюється з орієнтацією на конкретну професійну діяльність (професію) – "педагогічний працівник закладу дошкільної освіти". Важливо у межах загального контексту експериментальної роботи врахування ключового принципу професіографування, змістова інтерпретація якого орієнтована на типізацію та диференціацію професіографічних характеристик досліджуваного явища ("педагогічний працівник" та "заклад дошкільної освіти"); урахування перспектив професійного зростання і кар'єри (збереження професійного здоров'я)<sup>51; 52</sup>. За таких умов у процесі аналізу проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти враховуються такі фактори: соціокультурна зумовленість професії як відповідь на запит галузі охорони здоров'я щодо забезпечення здорової нації на майбутнє; динаміка

<sup>49</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 238–239.

<sup>50</sup>Пріма, Р. М., та Циплюк, А. М., 2017. Плекання цінності культури здоров'я, здорового способу життя, здоров'язбереження: досвід, шляхи, етапи. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 282.

<sup>51</sup>Зеер, Э. Ф., 2003. *Психология профессий*. Москва: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, с. 70.

<sup>52</sup>Вербина, Г. Г., 2011. Качество жизни и профессиональное здоровье специалиста. *Альманах современной науки и образования*. Москва, № 4 (47), с. 118–120.

інформаційного простору професіонала у розумінні оновлення змісту методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження; взаємодія і межі відповідності зовнішніх та внутрішніх засобів підвищення ефективності професійної діяльності – використання ресурсів рекреаційних середовищ в умовах оздоровлення педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.

Узагальнюючи, констатуємо: комплексна характеристика методологічних основ реалізації наукового пошуку забезпечує можливість обґрунтовано здійснити теоретичний аналіз окресленої проблеми, підґрунтям для реалізації якого є аналіз базових понять дослідження.

### ***1.2. Категоріальний аналіз базових понять дослідження***

Важливим етапом реалізації наукового пошуку є зведення базових понять у цілісну систему згідно поставлених наукових завдань. Формулювання, детермінацію, структурування поняття "професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти", як ключової категорії дослідження, проведемо з опорою на базові принципи *причино-системного підходу*<sup>53</sup>.

Твірним, відповідно до виділеної комплексної категорії, є поняття "здоров'я", яке у цілому розглядається як "стан живого організму, за якого всі органи здатні добре виконувати свої життєві функції"<sup>54</sup>. Погляд на здоров'я, як на найвище за своїм значенням життєве благо, має тисячолітню традицію. Як відомо, відносна цінність здоров'я зростає у міру зростання добробуту людини, а питання збереження і зміцнення здоров'я людини мали місце в усі періоди становлення і розвитку освіти як такої<sup>55</sup>.

Так, у первісному племені домінуючим показником здоров'я виступала фізична складова, а першими оздоровчими системами називають індійську "Аюрведу" (XVI-II тис. до н. е.) та китайську "Кунг-фу" (II тис. до н. е.), які

<sup>53</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 58.

<sup>54</sup>*Здоров'я*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Здоров%27я> [Дата зверн. 18.04.2017].

<sup>55</sup>Васильєва, О. С., 1997. Исследование представлений о здоровом образе жизни. *Психологический вестник РГУ*. Ростов-на-Дону, вып. 3, с. 420–429.

пропонували гігієнічні приписи, давали поради з дієти та масажу на основі обов'язкових фізичних вправ<sup>56</sup>.

Осмислюючи проблему здоров'язбереження з орієнтацією на подальший аналіз та змістову характеристику дефініції "здоров'я" крізь призму культурно-історичного досвіду людства і соціальної практики оздоровлення, О. Васильєва та Ф. Філатов виділяють три найпоширеніші еталони здоров'я: *античний* (здоров'я як внутрішня узгодженість); *адаптаційний* (здоров'я як пристосування індивіда до навколишнього середовища); *антропоцентричний* (здоров'я як результат самореалізації, або розкриття творчого і духовного потенціалу особистості)<sup>57</sup>.

Засадничим є таке розуміння *античного еталону* є розуміння здоров'я як такого, що базується на ідеї оптимального співвідношення різних складових тілесної й духовної природи людини, які за умови встановлення такого співвідношення утворюють упорядковану внутрішню єдність<sup>58</sup>. Необхідно зазначити, що в даному еталоні здоров'я відсутня соціальна складова, яка є безперечно невід'ємною частиною здоров'я.

Біля витоків формування світоглядної думки у контексті змісту античного еталону, тлумачення здоров'я та його збереження як найбільшої цінності стоять давньогрецькі філософи Гіппократ, Демокріт, Геракліт, Платон, Аристотель. У країнах Давньої Греції система виховання визначала пріоритетом формування гармонійно розвинену, фізично здорову людину, виховання якої включало виконання фізичних вправ, а уособленням здоров'я та краси у давньогрецькій міфології вважалися боги та герої. Близько 2500 років тому Гіппократ, наприклад, учив, що "стан здоров'я є доказом того, що людина досягла стану гармонії як усередині себе, так і зі своїм оточенням"<sup>59</sup>.

У Спарті величезну увагу приділяли фізичному розвитку. Здоров'я майбутньої дитини у Спарті пов'язувалося в першу чергу з фізичною

<sup>56</sup>Гудзий, Н О., сост., 1973. *Хрестоматия по древнерусской литературе*. Москва: Просвещение, с. 62

<sup>57</sup>Васильєва, О. С., и Філатов, Ф. Р., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 59.

<sup>58</sup>У тому ж джерелі, с. 66.

<sup>59</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 63.

досконалістю і здоров'ям матері, тому фізичними вправами займалися не тільки спартанські чоловіки, але й жінки. Неоднозначні традиції Спарти в фізичному вихованні й загартовуванні наслідувалися наступними поколіннями<sup>60</sup>.

Системність і ґрунтовність підходів до охорони здоров'я дітей простежується в практиці освіти Стародавнього Риму, серед яких виділяється ідея Квінтіліана (42-118 рр. н.е.) про здорове сімейне виховання, лейб-медика римського імператора Марка Аврелія Галена, що написав понад 500 медичних трактатів, в яких, акцентуючи увагу на необхідності збереження здоров'я, давав практичні рекомендації щодо його збереження<sup>61</sup>.

Визначаючи основним завданням вихованням істинних мудреців, відомий філософ античності Платон (427-347 рр. до н.е.) у трактаті "Закони" пише про необхідність фізичного виховання, наголошує на важливості здорового способу життя, пропонує й засоби досягнення результату (спортивні ігри, вправи, танці)<sup>62</sup>; <sup>63</sup>.

Наполегливо дотримуватися гігієнічних вимог рекомендував засновник ісламу Магомет (570-632 рр. н.е.). Так, у Корані, головній книзі віруючих ісламу, особлива увага вірян звертається на гігієну, чистоту тіла як половину віри<sup>64</sup>.

Полімат Золотої доби ісламу, перський науковець-енциклопедист, теолог, астроном, хімік, лікар Авіценна (980-1037 рр.) у своїх працях намагався виявити сутність здоров'я, хвороби, одужання, розглядав різні стани організму ("здоров'я", "проміжний стан", "хвороба"), висвітлював принципи збереження здоров'я, ідеї профілактичної медицини<sup>65</sup>.

*Як роблять висновок Ю. Таймасов, А. Турчинов, П. Пашинський, давньосхідні та древні античні цивілізації створюють певні системи,*

<sup>60</sup>Повещенко, Н. П., 1992. *Охрана здоровья подрастающего поколения как педагогическая проблема: история, современность*: автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Москва, с. 14.

<sup>61</sup>У тому ж джерелі, с. 15.

<sup>62</sup>Петрущенко, В. Л., 2002. *Філософія*: курс лекцій: навч. посіб. для студентів вищих закладів освіти III-IV рівнів акредитації. 2-е вид., виправл. і доповнене. Київ; Львів, с. 149.

<sup>63</sup>Джурицкий, А. Н., 2008. *Зарубежная педагогика*: учебн. пособ. для студентов вузов. Москва: Гардарики, с. 131.

<sup>64</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 221–222.

<sup>65</sup>*Ибн Сина*, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Ибн\\_Сина](https://ru.wikipedia.org/wiki/Ибн_Сина) [Дата зверн. 18.04.2017].

*спрямовані на залучення до здорового способу життя. Це і поява різних способів збереження фізичного та психічного здоров'я дітей та юнаків; озброєння їх початковими медичними знаннями; акцентування уваги на дотриманні елементарних гігієнічних установок; використання різних фізичних вправ, систем, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я; перші обґрунтування необхідності вести здоровий спосіб життя<sup>66</sup>.*

Адаптаційний еталон здоров'я, на відміну від попереднього еталону, охоплює систему відносин індивіда з навколишнім середовищем і розглядає проблему здоров'я в контексті зовнішніх проявів життя та діяльності людини. Побудову таких відносин систематизують, виділяючи певні рівні їх прояву:

- Перший рівень – суспільний, який характеризує стан здоров'я населення загалом і виявляє цілісну систему матеріальних і духовних відносин, що існують у суспільстві.
- Другий – групове здоров'я, яке зумовлене специфікою життєдіяльності людей даного трудового колективу й безпосереднього оточення, у якому вони перебувають.
- Третій – індивідуальний рівень здоров'я сформовано як в умовах всього суспільства й групи, так і на основі фізіологічних і психічних особливостей індивіда та неповторного способу життя, який веде кожна людина<sup>67</sup>.

Уособленням адаптаційного еталону є період раннього Середньовіччя, який відзначається поєднанням варварської (власне фізичної), античної та християнської традицій. Так, наприклад, у Галлії в VIII-IX ст. ідеалом результату виховання вважали володіння фізичним та інтелектуальним. Разом з тим, в більшості шкіл Середньовіччя проблема здоров'я не піднімалася, учнів жорстоко карали за малі провини. Філософська думка шукала шлях подолання життєвого протиріччя. Так, наприклад, видатний філософ аль-Газалі (1056-1111 рр.) вимагав "загартовувати дитину, берегти від фізичних

<sup>66</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 222.

<sup>67</sup>Васильєва, О. С., и Филатов, Ф. Р., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 40.



перевантажень, піклуватися про її психічне здоров'я"<sup>68</sup>. Накопичивши традиції системної медичної освіти на базі Салернської медичної школи, перша згадка про яку датується 197 р. до н.е., у IX ст., так звана, Гіппократова громада міста розробила Солернський кодекс здоров'я. Група медиків різних національностей сформулювала рекомендації з гігієни та дієти<sup>69</sup>.

В епоху Відродження і Реформації з'являються школи, що приділяють увагу гармонійному розвитку учнів. У "Будинку радості" Вітторіно де Фельтре стежили за дотриманням вихованцями правил особистої гігієни, помірності в їжі, учні постійно і багато вправлялися фізично (біг, плавання, фехтування тощо)<sup>70</sup>. Особливу увагу приділяли здоров'ю в школах єзуїтів (XVII ст.): тут учні вправлялися в гімнастиці, плаванні, верховій їзді; шкільні приміщення були просторими, чистими, добре освітленими<sup>71</sup>.

Школи Давньоруської держави, що активно відкривалися з IX ст., увібрали оздоровчі традиції східних слов'ян, про що йдеться в "Ізборнику Святославовим" (1076 р.) і літописних звістках про освіту в Київській Русі<sup>72</sup>.

Вивчення історико-педагогічних джерел періоду Середньовіччя показує обумовленість розвитку здоров'язбереження соціальними, економічними і педагогічними чинниками: існуючі жорстокі звичаї, фізичні покарання відсували на задній план збереження і зміцнення здоров'я учнів. *У цілому, епоха Середньовіччя характеризується роздвоєнням душі й тіла та превалюванням духовної складової.*

Особливістю *антропоцентричного еталону* здоров'я є не тільки розумінням здоров'я як феномену, але й людини в цілому. В основі цього еталону покладено уявлення про духовне призначення людини про її

<sup>68</sup>Абу Хамид аль-Газали, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Абу\\_Хамид\\_аль-Газали](https://ru.wikipedia.org/wiki/Абу_Хамид_аль-Газали) [Дата зверн. 17.05.2016].

<sup>69</sup>Салернська медична школа, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Салернська\\_медична\\_школа](https://uk.wikipedia.org/wiki/Салернська_медична_школа) [Дата зверн. 22.06.2016].

<sup>70</sup>Вітторіно да Фельтре, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Вітторіно\\_да\\_Фельтре](https://uk.wikipedia.org/wiki/Вітторіно_да_Фельтре) [Дата зверн. 20.06.2016].

<sup>71</sup>Педагогіка єзуїтів, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Педагогіка\\_єзуїтів](https://uk.wikipedia.org/wiki/Педагогіка_єзуїтів) [Дата зверн.].

<sup>72</sup>Освіта в Київській Русі. Спадщина предків, [online]. Режим доступу: <https://spadok.org.ua/kyivska-rus/osvita-v-kyivskiy-rusi> [Дата зверн. 22.08.2016].

унікальність і цілісність. Основним критерієм даного еталону є всебічна самореалізація, розкриття творчого та духовного потенціалу особистості<sup>73</sup>.

Можна констатувати, що тільки в період пізнього Середньовіччя, в епоху Відродження та Реформації стали більше уваги приділяти збереженню та зміцненню здоров'я людини<sup>74</sup>; <sup>75</sup>. У цей період людське здоров'я вже не поділяється на фізичне й духовне та розглядається як найбільш значуща цінність.

Становлення педагогічної галузі знань у XVII столітті супроводжувалося розробкою цікавих педагогічних теорій, систем, форм організації навчального процесу. У цей час актуалізується й проблема збереження й укріплення здоров'я учнів (Ж.-Ж. Руссо, К. Гельвецій, А. Дистервег та ін.), а й даються конкретні практико орієнтовані поради, рекомендації щодо реалізації оздоровчих заходів (Я. А. Коменський, Дж. Локк та ін.).

Видатні діячі цього періоду, не поділяючи здоров'я на фізичне та духовне, розглядають його як найбільшу цінність та пропонують розв'язання проблеми здорового способу життя дитини через дотримання нею певних норм та правил (режим дня, здорове харчування) та долучення її, у певному розумінні, до виконання фізичних вправ.

В буржуазну епоху, коли Р. Декарт назвав організм людини механічною машиною, сутність здоров'я взагалі знаходить механічне тлумачення<sup>76</sup>. Разом з тим, взаємозалежність світоглядних настанов, певного рівня свідомості, переконань та здоров'я людини, хоча і в неявній формі, розкривають у своїх роботах вітчизняні педагоги і лікарі (М. Пирогов, К. Ушинський, В. Бехтерев та ін.). Особливої уваги у цьому ряду займають дослідження П. Лесгафта, який відзначав першорядну роль фізичної культури у вихованні здорового

<sup>73</sup>Васильєва, О. С., и Филатов, Ф. Р., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 48.

<sup>74</sup>Ващук, Л. Середньовічна медицина або як лікувалися у "темні віки". *Історична правда* [online]. Режим доступу: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2018/10/10/153066/> [Дата зверн. 22.07.2016].

<sup>75</sup>*Медицина*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Медицина> [Дата зверн. 22.07.2017].

<sup>76</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 248.

покоління, єдність фізичного і розумового розвитку дитини<sup>77</sup>.

Актуальними в розрізі аналізу проблеми залишаються думки видатного вітчизняного педагога В. Сухомлинського, який не тільки окреслив значення проблеми здоров'язбереження дітей повоєнного періоду, але й системно впроваджував здоров'язбережувальні заходи у практику роботи з учнями та їх батьками. Педагог наполягав на загартуванні та пропонував шляхи його реалізації (ходіння босоніж, сон на свіжому повітрі вдень та вночі, водні процедури). Визначав ключовим у оздоровленні дітей здорове харчування (мед, молоко, фрукти та овочі). Наполягав на проведенні навчальних занять на свіжому повітрі, на природі та поряд з нею<sup>78</sup>.

*Погоджуючись із висновками О. Ісакової, констатуємо, що філософсько-антропологічний еталон "здорового способу думки та життя", який реалізується й як певна аксіологічна настанова, виступає реальною основою для формування здорового способу життя<sup>79</sup>.*

Отже, виділені еталони висвітлюють погляд у різні часові періоди представників різних парадигм на проблему здоров'я та здоров'язбереження, але необхідно зазначити, що вони висвітлюють проблему здоров'я в трьох важливих аспектах – єдність тілесної й духовної природи людини (античний еталон), важливість наявності адаптаційних ресурсів організму для підтримки здоров'я в умовах навколишнього середовища (адаптаційний еталон), а також самореалізація й самовдосконалення як запорука здоров'я людини (антропоцентричний еталон).

*Узагальнюючи, констатуємо, що визначені еталони не варто розподіляти в ієрархічній послідовності, оскільки всі аспекти, які визначають пріоритети кожного з еталонів, вагомо впливають на здоров'я людини. Лише комплексне врахування структурованих наукових і соціальних уявлень про здоров'я забезпечує повноту розуміння актуалізованої проблеми.*

<sup>77</sup>Лесгафт, П. Ф., *История медицины* [online]. Режим доступу: [https://www.historymed.ru/encyclopedia/doctors/index.php?ELEMENT\\_ID=4968](https://www.historymed.ru/encyclopedia/doctors/index.php?ELEMENT_ID=4968) [Дата зверн. 26.06.2017].

<sup>78</sup>Сухомлинский, В. А., 1979. *Павлышская средняя школа*. Москва: Просвещение, с. 74.

<sup>79</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 42.

Особливого розуміння проблема здоров'язбережувальної спрямованості життєвого простору набуває з 80-х років ХХ століття: у зв'язку із загостренням екологічної ситуації, інтенсивним реформуванням освіти фахівці стали серйозну увагу приділяти питанням профілактики хвороб і ролі самої людини в цьому процесі. Саме здоровий спосіб життя, на думку вчених, визначається провідним фактором здоров'я людини<sup>80</sup>. Його основні складові глибоко і наочно представлені в роботах цілого ряду дослідників (Г. Апанасенко, І. Брехман, В. Казначеев та ін.).

Пріоритетним напрямом конструктивних змін у сфері охорони здоров'я України в рамках імплементації Угоди про асоціацію з Європейським Союзом є впровадження нової парадигми охорони здоров'я та концепції розвитку системи громадського здоров'я в Україні. Спираючись на сучасну парадигму здоров'я та системно-логічний узагальнюючий аналіз наукових публікацій, розглянемо особливості, динаміку становлення та розвитку феномен здоров'я як базового поняття дослідження.

Одне з найдавніших визначень "здоров'я" належить Алкмеону (V ст. до н.е., давньогрецький філософ, лікар, учений, автор першого давньогрецького трактату з медицини) та не втратило своєї актуальності до сьогоднішнього дня: "Здоров'я є гармонія протилежно спрямованих сил"<sup>81</sup>. Характеристику здоров'я, як правильного співвідношення різних душевних станів, давав давньоримський філософ, літератор, видатний оратор Цицерон (106 р. до н. е. – 43 р. до н.е.)<sup>82</sup>.

Як часто зазначають, перше пояснення категорії здоров'я як "норми не тільки фізичної, але й соціальної", представлено відомим французьким філософом Ж. Кангілемом, який зауважив, що визначення норми для певного організму потребує вивчення його оточення у зв'язку з піднятою

<sup>80</sup>Саїнчук, М. М., 2017. Філософська рефлексія здорового способу життя як необхідність цивілізованої людини. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 294.

<sup>81</sup>Алкмеон Кротонский, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Алкмеон\\_Кротонский](https://ru.wikipedia.org/wiki/Алкмеон_Кротонский) [Дата зверн. 17.05.2016].

<sup>82</sup>Цицерон, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Цицерон> [Дата зверн. 15.05.2016].

Е. Дюркгеймом дискусією з приводу "нормального" та "патологічного"<sup>83</sup>.

Комплексний аналіз наукової літератури дав можливість виділити найпоширеніші в сучасній науці підходи до визначення терміну "здоров'я": *цілісне утворення*, що складається з таких компонентів як фізичне, психічне, духовне, соціальне (В. Горащук, Н. Колотій, Л. Царенко, Ю. Жидецький, В. Язловецький); *здатність організму* людини до адаптації в умовах мінливого зовнішнього середовища (М. Агаджанян, Р. Баєвський, С. Єфімова, В. Колбанов, В. Петленко, С. Серіков та інші); *багатовимірний динамічний стан* (Л. Сварковська, В. Казначєєв, В. Щедріна та інші); *цілісна гармонійна єдність складових* (компонентів, якостей) (І. Брехман, М. Гончаренко, І. Гундаров, І. Лисицин та інші); *стан* повного соціально-біологічного, психологічного й душевного комфорту (К. Крутій, О. Фунтікова); *динамічний стан* найбільшого фізичного й психоемоційного добробуту, в основі якого знаходиться гармонійне співвідношення взаємопов'язаних функцій і структур (Е. Буліч, І. Муравов); *стан* оптимальної саморегуляції організму та його динамічної взаємодії із середовищем (Д. Ізуткіна, А. Царегородцев) (див. табл. 1.1).

У контексті різних дискурсів здоров'я вирізняють ряд ключових характеристик визначеного феномену. Їх прийнято розглядати за рядом напрямів: *філософсько-соціологічним*, що визначає його як інтегральний показник культури і соціальної політики суспільства (С. Омельченко, Л. Сущенко та ін.); *медико-біологічним*, що розглядає його як гігієнічну поведінку та базується на науково-обґрунтованих санітарно-гігієнічних нормах (М. Амосов, Г. Царегородцев, Ю. Лісін, Д. Ізуткін та ін.); *психолого-педагогічним*, який визначає провідну роль мотиваційно-ціннісного ставлення, свідомості, поведінки і ціннісноорієнтованої діяльності особистості для створення свого соціокультурного макро- і мікросередовища життєдіяльності (В. Бобрицька, Ю. Бойчук, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Оржеховська та

<sup>83</sup>Визгин, В. П., 1987. Образ истории науки в трудах Жоржа Кангилема. *Современные историко-научные исследования (Франция)*. Москва, с. 104–140.

ін.)<sup>84, 85</sup>.

Таблиця 1.1

## Базові характеристики поняття "здоров'я"

Ключові слова	Означальні слова
<i>Здоров'я – це ...</i>	
стан	оптимальної саморегуляції організму та його динамічної взаємодії із середовищем, сукупність відносно врівноважених психосоматичних станів, що забезпечують можливість оптимального функціонування людини у різних сферах життя (Д. Ізуткіна та А. Царегородцева)
	динамічної гармонії його фізичної, психічної, духовної і соціальної складових, наявність високих адаптаційних можливостей організму, що забезпечують повноцінну життєву активність особистості (Т. Андрющенко)
	повного соціально-біологічного, психологічного й душевного комфорту, коли функції всіх органів і систем організму зрівноважено із природним і соціальним середовищем, відсутні будь-які захворювання, хворобливі стани та фізичні дефекти (К. Крутій і О. Фунтікова)
	природний стан організму, що характеризується нормальним узгодженим перебігом усіх процесів і діяльністю всіх функцій, які забезпечують йому необхідну активність у взаємодії з навколишнім середовищем (О. Степанов)
сукупність	фізичного, психічного, духовного, морального, поведінкового станів людини, які визначають її самопочуття, працездатність і ставлення до навколишнього світу та не лише заданим із народження на все життя потенціалом, а динамічним процесом, у якому можуть бути періоди його погіршення та відновлення (Т. Миронюк )

<sup>84</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 224.

<sup>85</sup> Калью, П. І., 1988. *Сущностная характеристика понятия "здоровье" и некоторые вопросы перестройки здравоохранения*. Москва: Обзорная информация, с. 39.

	з різними сторонами дійсності (В. Білоусова)
цінність	яка є показником цивілізованості, що відображає загальний рівень соціально-економічного розвитку суспільства (резолюція ООН №38/54 від 1997 року) пов'язана з великою мудрістю, гармонійною красою тіла і душі, соціальним благополуччям (ВООЗ)

[Таблиця розроблена автором]

На сучасному етапі визначення людини та її життя метою та виміром цивілізаційного розвитку значущість здоров'я та його змістові характеристики вивчають науковці різних профілів – філософи (О. Ісакова), медики (І. Голованова, О. Дмитренко, Г. Драник, Н. Ляхова, Ж. Мінченко, Т. Шарбенко та ін.), юристи (Ю. Вороненко, О. Грищенко, О. Клименко, Я. Радиш, І. Сенюта та ін.), економісти (Т. Каменська та ін.), психологи (Б. Ананьєв, М. Рубінштейн), педагоги (Т. Андрющенко, В. Бобрицька, Б. Долинський, Л. Іващук, Г. Мешко, Н. Миськова та ін.).

З одного боку, тлумачення виділеного поняття у межах конкретної галузі відбиває її предметну складову. З іншого, науковці все частіше приходять до висновку, що найбільш дієвим стає уявлення про здоров'я як про "інтегральну систему, що покликана виконувати основну функцію життєздатності організму, життя людини в суспільстві в цілому; інтегральну якість повноцінного гармонійного людського буття в усіх його вимірах та аспектах" (Е. Вайнер, В. Войтенко, Г. Нікіфоров, В. Петренко)<sup>86</sup>.

Так І. Брехман, що одним із перших запропонував інформаційно-психологічне трактування досліджуваного поняття, розглядає здоров'я не як відсутність хвороби, а "фізичну, соціальну і психологічну гармонію людини, доброзичливі стосунки з іншими людьми, з природою і самим собою, як здатність людини зберігати відповідну віку стійкість до різких змін кількісних і якісних параметрів потоку сенсорної, вербальної і структурної інформації"<sup>87</sup>.

Суголосним до висновків І. Брехмана є й визначання здоров'я (*WHO*

<sup>86</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 109.

<sup>87</sup>Брехман, И. И., 1990. *Валеология – наука о здоровье*. 2-е изд., доп., и перераб. Москва: Физкультура и спорт, с. 106.

*definition of Health*), дане в 1948 р. у преамбулі уставу Всесвітньої організації охорони здоров'я (*World Health Organization, WHO*) – "стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороби, недуги або фізичних вад"<sup>88</sup>.

Сучасні дослідники відзначають, що поняття "здоров'я" практично не має філософського тлумачення. У зазначеному контексті його характеристика, як зазначає О. Ісакова, "спрямована на розкриття аксіологічного потенціалу з обмеженим вивченням потенціалу духовно-морального та гуманістичного". Разом з тим, автором наголошується, що "здоров'я, як одна з фундаментальних характеристик людського існування, поєднує фізіологічні, етичні, екзистенційні та соціокультурні смисли"<sup>89; 90</sup>.

Як зазначає Ю. Бойчук, існує більше 450 визначень здоров'я людини, сформульованих фахівцями з різних наукових дисциплін. Здійснюючи їх систематизацію, науковець виділяє шість сутнісних характеристик здоров'я: 1) здоров'я як норма функціонування організму на всіх рівнях його організації; 2) здоров'я як динамічна рівновага (гармонія) життєвих функцій організму; 3) здоров'я як повноцінне виконання основних соціальних функцій, участь у житті суспільства й активна трудова діяльність; 4) здатність організму адаптуватися до умов навколишнього середовища, що змінюється; 5) відсутність патологічних змін і нормальне самопочуття; 6) повне фізичне, духовне, розумове й соціальне благополуччя<sup>91</sup>.

У цілому тлумачення здоров'я, за таких умов, ґрунтується на виділенні ряду *ознак*:

- нормальне функціонування організму на всіх рівнях його організації: організму в цілому, органів, гістологічних, клітинних та генетичних структур;
- нормальна поточність типових фізіологічних і біохімічних процесів, які

<sup>88</sup>Апанасенко, Г. Л., и Попова, Л. А., 2011. Индивидуальное здоровье: теория и практика. *Введение в теорию индивидуального здоровья*. Киев: Медкнига, с. 16.

<sup>89</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 40–41.

<sup>90</sup>Бельорін-Еррера, О. М., та Корженко, І. О., 2017. Концепція здоров'яорієнтованого світогляду. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 244.

<sup>91</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 6.



сприяють вираженню та відтворенню необхідних біологічних функцій;

- здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно-корисній праці;

- динамічна рівновага організму та його функцій, а також чинників навколишнього середовища;

- здатність організму пристосовувались до умов існування в навколишньому середовищі, що постійно змінюється (тобто, адаптація);

- здатність підтримувати нормальну і різнобічну життєдіяльність та зберігання живої основи в організмі;

- відсутність хвороби, хворобливого стану або хворобливих змін, тобто оптимальне функціонування організму за відсутності ознак захворювання або будь-якого порушення;

- повне фізичне, духовне, розумове й соціальне благополуччя, гармонійний розвиток фізичних і духовних сил організму, принцип його єдності, саморегулювання і гармонійної взаємодії<sup>92</sup>.

Побудову базового поняття дослідження (професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти) будемо здійснювати, розглядаючи *здоров'я* як життєздатну (динамічну) інтегральну (багатовимірну – фізична, соціальна, психологічна складові) цілісну систему (організм), спосіб життєдіяльності якої забезпечує високий рівень якості життя і *найбільш можливу за даних умов, його тривалість*.

Наукове обґрунтування поняття *"професійне здоров'я"* здійснимо на основі професіографічного підходу як певного системотвірного чинника вивчення феномену здоров'я.

Уперше цей термін з'являється у психологічних розвідках. У 1986 році в публікації Дж. С. Еверлі акцентовано увагу на проблемі інтеграції в практику діяльності організацій таких сфер, як гігієна праці та психологія. Науковцем підкреслено визначальну роль психологів у розробці та реалізації програм підтримки і пропаганди

---

<sup>92</sup>Сидорчук, Н. Г., 2017. *Фізична культура і психологічний тренінг*: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 18.

здоров'я (health promotion)<sup>93</sup> у професійному середовищі<sup>94</sup>.

У такому розумінні його застосування дозволяє здійснювати не тільки наукове обґрунтування поняття "здоров'я" у межах певної галузі, сфери людського існування (наука, культура, економіка, екологія, етика, освіта, політика та ін.), але й визначити його специфіку у межах реалізації конкретної *професійної діяльності*.

Поняття "професійний" узгоджується з поняттями професія – (лат. *professio* – офіційно вказане заняття, спеціальність) – вид трудової діяльності (занять) людини, що володіє комплексом спеціальних теоретичних знань та практичних навичок, отриманих у результаті спеціальної підготовки, досвіду та стажу роботи<sup>95</sup>.

Виходячи із зазначеного вище, основними ознаками поняття "професійне здоров'я" є розгляд того самого феномену здоров'я у площині конкретної професійної діяльності, вивчення взаємозв'язків між виконанням професійних обов'язків людиною та динамікою стану її здоров'я з урахуванням того, що професійній деформації сприяють не тільки негативні наслідки, серед яких перенапруження, перевантаження тощо, але й професійні захворювання, що можуть заважати взагалі здійсненню будь-якої професійної діяльності<sup>96</sup>.

Таким чином, у контексті виконання людиною професійної діяльності в певній сфері людського існування виділяють поняття "професійного здоров'я", яке вчені (В. Бодров, Е. Вайнер, Е. Зеєр, М. Корольчук, В. Крайнюк, Р. Кричевський, А. Маркова, Л. Сущенко та ін.) розглядають, як "інтегральну складову загального здоров'я, що об'єднує в собі всі його основні аспекти". За таких умов, професійне здоров'я характеризується функціональним станом організму людини (фізичними й психічними показниками), який дозволяє оцінити її здібності до певної професійної діяльності, задану ефективність й

<sup>93</sup>Lucas, K., and Lloyd, B., ed., 2005. *Health promotion: evidence and experience*. London: SAGE Publications, p. 60.

<sup>94</sup>Everly, G. S., 1986. An introduction to occupational health psychology. *Innovations in clinical practice*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange, vol. 5, pp. 331–338.

<sup>95</sup>Сидорчук, Н. Г., 2017. *Фізична культура і психологічний тренінг*: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 9.

<sup>96</sup>Майтак, Т. М., 2012. Педагогічна діяльність як фактор формування професійної деформації особистості вчителя. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*: зб. наук. пр. Кривий Ріг, с. 177–181.

тривалість реалізації професійної діяльності упродовж певного періоду життя, а також витривалість людини до супроводжуючих несприятливих факторів. У понятті професійне здоров'я інтегрується взаємодія людини з професійним середовищем, що визначає міру узгодженості соціальних потреб суспільства та можливості людини в умовах реалізації професійної діяльності.

Так, професійне здоров'я трактується вченими як комплексна характеристика здоров'я людини у конкретних умовах професійної діяльності (Р. Березовська, О. Довгополова, А. Маклаков, Г. Нікіфоров, В. Подляшаник, В. Пономаренко, Б. Смірнов та ін.). У зазначеному контексті професійне здоров'я характеризується пристосуванням до впливу факторів професійного середовища, забезпечується достатнім для виконання певного виду професійної діяльності функціональним резервом організму, проявляється у стані фізичного, психічного, соціального і духовного благополуччя (див. табл. 1.2).

Погоджуємося із висновками А.Г. Маклакова, який професійне здоров'я визначає як "певний рівень характеристик здорової людини, що відповідає вимогам професійної діяльності та забезпечує її високу ефективність"<sup>97</sup>.

Особливістю категорії "професійне здоров'я" у контексті досліджуваної проблеми є її чітко виражена фахова спрямованість – *педагогічна*, а проблема *професійного здоров'я педагога*, як показує аналіз психолого-педагогічних джерел, була і є предметом вивчення багатьох науковців, дослідників минулого і сучасності.

Так, на пострадянському просторі активне вивчення проблем професійного здоров'я педагогів, умов та механізмів виникнення у них професійної дезадаптації припадає на початок ХХ ст.: відкриття лабораторії праці в Павлограді з метою розробки засобів збереження здоров'я (В. Бехтерєв, 1918 р.); створення Центрального інституту праці (А. Гастев, 1920 р.); дослідження впливу професій на тривалість життя та стан фізичного і психічного здоров'я суб'єкта професійної діяльності (І. Мечніков). Названі ініціативи доповнюються науковими доробками В. Кашкадамова, С. Рубінштейна, М. Рибникова

---

<sup>97</sup>Маклаков, А. Г., 1996. *Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих*: дисс. ... доктора психол. наук. Санкт-Петербург, с. 82.

та ін., які доводять, що професію педагога можна віднести до "групи ризику" з низькими показниками соматичного та психічного здоров'я<sup>98</sup>.

Таблиця 1.2

### Основні тлумачення поняття "професійне здоров'я"

Професійне здоров'я це... (ключові слова)	Означальні характеристики поняття
інтегральна складова	загального здоров'я, що об'єднує в собі всі його основні аспекти: фізичне, духовне, соціальне, психічне (В. Бодров, Е. Вайнер, Е. Зеєр, М. Корольчук, В. Крайнюк, Р. Кричевський, А. Маркова, Л. Сущенко та ін.)
комплексна характеристика здоров'я	у конкретних умовах професійної діяльності, що характеризується адаптацією до впливу факторів професійного середовища, забезпечується достатнім для виконання певного виду професійної діяльності функціональним резервом організму, проявляється у вигляді стану фізичного, психічного, соціального і духовного благополуччя (Г. Апанасенко, Д. Венедиктов, Д. Ізуткін, Ю. Лисицин, М. Лалонд, В. Пономаренко, Л. Піндер)

[Таблиця розроблена автором]

У зазначеному контексті проведені у подальшому дослідження діяльності педагога засвідчили, що висока емоційна напруженість, потенційна афектогенність, наявність великої кількості факторів ризику, стрес-факторів, які постійно супроводжують його в роботі, негативно впливають на самопочуття, працездатність і якість професійної діяльності (Н. Кузьміна, А. Маркова, Л. Мітіна, В. Сластьонін та ін.). Така позиція науковців підтверджує думку стосовно розгляду професійного здоров'я педагога як компонента духовно-моральних основ професійної діяльності. Фізичне й психічне здоров'я педагога є сприятливою умовою як для власного духовного

<sup>98</sup>Майтак, Т. М. Професійне здоров'я педагога. *Научные исследования. Теория и практика* [online]. Режим доступу: [http://конференция.com.ua/files/image/konf%208/sb8\\_3\\_3\\_.pdf](http://конференция.com.ua/files/image/konf%208/sb8_3_3_.pdf). с. 30–32 [Дата зверн. 22.06.2017].

розвитку, так й для розвитку вихованців.

Аналізуючи професійне здоров'я, Л. Мітіна, серед інших його характеристик, виділяє "здатність педагога зберігати та активізувати ще й регулятивні механізми, які забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особистості". Автор представляє "концепцію збереження професійного здоров'я педагогів" на основі виділення ряду показників: педагогічна спрямованість, педагогічна компетентність та емоційна (поведінкова) гнучкість<sup>99</sup>.

На думку Г. Мешко, низькі показники фізичного і психічного здоров'я представників професійної групи "педагогічні працівники" визначаються специфікою її реалізації у площині "людина-людина", яку відносять до розряду стресогенних, психологічно напружених, таких, що потребують від людини великих резервів самовладання й саморегуляції. На переконання автора, причиною зниження якості роботи педагога, втрати інтересу до неї, порушень у його фізичному і психічному здоров'ї є емоційне вигорання як одна з форм професійної деформації особистості<sup>100; 101</sup>.

Узагальнюючи, Г. Мешко систематизує чинники, що впливають на професійне здоров'я педагогічних працівників: *"індивідуально-психологічні* (спосіб життя, генетичні чинники, вік, стать, сімейний стан, освіта, стаж роботи, задоволення базових потреб); *особистісні* (особистісні диспозиції, рівень домагань, нейротизм, тривожність, особливості характеру, мислення, рівень самооцінки і самоповаги, навички соціальної взаємодії з людьми, смислові установки, цінності, спрямованість особистості, стиль життя, рівень професіоналізму, духовно-творчий потенціал, сформованість продуктивного стилю педагогічної діяльності і спілкування); *емоційні* (стан емоційної сфери, особливості психоемоційних переживань); *соціально-психологічні* (коло

<sup>99</sup>Мітіна, Л. М., 1996. Профессиональное здоровье учителя: стратегия и технология. *Школа здоровья*, № 4. с. 55–57.

<sup>100</sup>Мешко, О. І., та Мешко, Г. М., 2003. Синдром "емоційного згорання" вчителя у контексті професійної діяльності шкільного психолога. *Психолого-педагогічні засади професійного становлення особистості психолога*. Тернопіль, ч.3., с. 104–112.

<sup>101</sup>Мешко, Г., 2012. Педагогічна діяльність як детермінанта професійного здоров'я вчителя. *Освіта регіону*. Київ, № 3, с. 327–328.

спілкування, психологічний клімат у педагогічному колективі, рівень соціальної підтримки); *організаційно-педагогічні* (навчальне навантаження, умови праці, режим праці і відпочинку, тривалість робочого дня, наявність здоров'язберезувального освітнього простору у закладі освіти)"<sup>102</sup>; <sup>103</sup>.

Роботу закладу дошкільної освіти забезпечують педагогічні працівники, категорії яких визначено Законом України "Про дошкільну освіту" (2001, редакція 2021). Відповідно до ст. 27 цього документу, педагогічними працівниками закладів дошкільної освіти вважаються "директори, заступники директора з навчально-виховної (виховної) роботи, вихователі-методисти, вихователі, старші вихователі, асистенти вихователів, вчителі (усіх спеціальностей), вчителі-дефектологи, вчителі-логопеди, практичні психологи, соціальні педагоги, інструктори з праці, інструктори з фізкультури, інструктори слухового кабінету, музичні керівники, керівники гуртків, студій, секцій, інших форм гурткової роботи та інші спеціалісти"<sup>104</sup>.

Як відомо, професійна діяльність кожної з названих категорій педагогічних працівників закладів дошкільної освіти здійснюється відповідно до чітко окресленої системи функціональних обов'язків, які визначені специфікою професійноорієнтованих завдань, що відповідають фаху, специфіці конкретних освітніх компонент, витратам часу, емоційним навантаженням та ін.

Ще однією важливою характеристикою діяльності педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є переважання *розумової праці*. Як відомо, помірна розумова праця може виконуватися досить довго. Втома при розумовій праці виявляється в нервовому напруженні, зниженні концентрації уваги і зменшенні свідомого її регулювання, погіршенні оперативної пам'яті і логічного мислення, сповільненні реакцій на подразники. Нервові напруження

<sup>102</sup>Мешко, Г. М., та Мешко, О. І., 2015. Детермінанти професійного здоров'я вчителя. *Педагогіка здоров'я*: збірник наукових праць V Всеукр. наук.-практ. конф., присв. 170-річчю з дня народження І. І. Мечникова. Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, с. 357–362.

<sup>103</sup>Мешко, Г. М., 2017. Чинники професійного здоров'я вчителя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 126.

<sup>104</sup>Закон України "Про дошкільну освіту", [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text> [Дата зверн. 18.04.2017].

впливає на серцево-судинну систему, збільшуючи артеріальний тиск і частоту пульсу, а також на терморегуляцію організму та емоційні стани працівника<sup>105</sup>.

Відновлювальні процеси після розумової праці відбуваються повільніше, ніж після фізичної праці. Неприятливі порушення в організмі педагогічних працівників часто не ліквідуються повністю, а акумулюються, переходячи в хронічну втому, або перевтому та різні захворювання.

Крім того, важливо пам'ятати, що розумова праця не має чітких меж між напруженням організму під час роботи і переходом у фазу відновлення сил<sup>106, 107</sup>.

У дослідженні не виділяємо окремо взятої категорії педагогічних працівників, беручи за основу такі базові положення:

1. Функціональні обов'язки всіх без виключення категорій педагогічних працівників закладів дошкільної освіти спрямовані на розв'язання спільних завдань, що стоять перед закладом дошкільної освіти відповідно до статті 2 Закону України "Про дошкільну освіту" (2021 р.). Це обумовлює приблизно однаковий рівень навантажень у ході виконання ними професійних обов'язків.

2. Впровадження авторських здоров'язбережувальних заходів, орієнтованих на всі категорії педагогічних працівників, має й об'єктивне наукове підґрунтя, оскільки у дисертаційному дослідженні Н. Назарук (2007) не було виявлено статистично значущого впливу спеціальності вчителів на рівень професійного вигорання, відповідно й на стан професійного здоров'я<sup>108, 109</sup>.

3. Комфортний педагогічний освітній процес забезпечується професійно здоровими педагогічними працівниками (всіма категоріями), одним із ключових завдань професійної діяльності яких (ст. 2) визначено збереження та зміцнення

<sup>105</sup>Калька, Н. М., 2013. Психологічні особливості впливу чинників професійного середовища на здоров'я педагога. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Львів, № 1, с. 285–294

<sup>106</sup>*Втома на роботі і безпека праці*, [online]. Режим доступу: <https://pon.org.ua/novyny/6053-vtoma-na-robot-bezpeka-prac.html> [Дата зверн. 21.06.2016].

<sup>107</sup>Самоукина, Н. В., 2000. Синдром профессионального выгорания. *Управление персоналом, российский опыт*. Москва: МГУ, с. 201–215.

<sup>108</sup>Назарук, Н. В., 2007. *Психологічні засоби профілактики "професійного вигорання" вчителя*: дис. ... канд. психол. наук. Івано-Франківськ, с. 61.

<sup>109</sup>Бутиріна, М., 2016. Шляхи попередження професійного вигорання педагогів. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Дрогобич : Посвіт, вип. 15, с. 265–271.

фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини<sup>110</sup>.

4. З огляду на розгляд у площині *"загальне"*, спільними ознаками професійної діяльності педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, що впливають на ефективність її реалізації та якість життя загалом є: ситуація постійної комунікації; інтенсивне міжособистісне спілкування з різними групами людей (діти, колеги, батьки, адміністрація та ін.); емоційні навантаження; необхідність у прийнятті рішень, пов'язаних із життям людини; персональна відповідальність за фізичне та психічне здоров'я дітей, відтворення, розвиток інтелектуального та культурного потенціалу суспільства тощо. У площині *"особливе"* професійну діяльність педагогічних працівників закладів дошкільної освіти у межах актуалізованої проблеми характеризують: робота з дітьми дошкільного віку, які потребують додаткової уваги у наслідок відсутності життєвого досвіду, досвіду та навичок у задоволенні ними життєвих потреб; безперервна зосередженість на дітях у зв'язку з персональною відповідальністю за їх фізичний стан, не тільки емоційні, але й прямі фізичні навантаження.

З урахуванням предмету та об'єкту дослідження у контексті сучасної парадигми здоров'я окреслено змістову характеристику поняття *"професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти"* як комплексну характеристику здоров'я у конкретних умовах професійної діяльності, що характеризується адаптацією до впливу факторів професійного середовища, забезпечується достатнім для виконання певного виду професійної діяльності функціональним резервом організму, проявляється через інтелектуального, фізичного, психічного, соціального і духовного благополуччя та орієнтована на організацію процесу здоров'язбереження дошкільників.

Як показав проведений аналіз, таке складне явище, як професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, має цілий ряд внутрішніх характеристик, виділення та структурування яких дозволить вивчити досліджуване явище комплексно.

---

<sup>110</sup> Закон України *"Про дошкільну освіту"*, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text> [Дата зверн. 18.04.2017].



### ***1.3. Критерії, показники, ступені професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти***

Оновлення підходів до здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти потребує аналітико-синтетичного застосування певних законів і теорій науки, використання методів та прийомів, що забезпечують можливість не тільки вивчити досліджуване явище, але й визначити перспективи його оптимального функціонування. У зазначеному контексті ключовим поняттям, що дозволяє реалізувати поставлене завдання є "структура як множина частин або форм, які знаходяться у взаємодії та специфічному порядку, необхідному для реалізації певних функцій; одна з основних категорій системного аналізу, що характеризує стійку впорядкованість у просторі і часі елементів системи та їх зав'язків; стійке відображення взаємних відносин елементів цілісного об'єкта"<sup>111</sup>.

У дослідженні "структуру професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти" будемо розглядати як узагальнений перелік характеристик, що відображає внутрішню наповненість його змісту; певний еталон для виявлення міри наближення стану професійного здоров'я кожного педагогічного працівника до бажаного стану професійного здоров'я; узагальнений зразок, який є кінцевою метою оздоровчої діяльності конкретної людини та відповідає вимогам суспільства у галузі охорони здоров'я<sup>112; 113</sup>.

Проведений аналіз науково-педагогічної літератури свідчить, що до розуміння побудови структури професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти існують різні підходи. Як правило, цілісність професійного здоров'я визначається взаємодією фізичного, психічного, соціального, духовного аспектів (див. табл. 1.3).

Відповідно, традиційно аналізуючи здоров'я на основі професіографічного підходу, науковці характеризують його як інтегральний

<sup>111</sup>Новиков, А. М., и Новиков, Д. А., 2007. *Методология*. Москва: СИНТЕГ, с. 103.

<sup>112</sup>У тому ж джерелі, с. 103.

<sup>113</sup>Яр маченко, М., 2001. *Педагогічний словник*. Київ: Педагогічна думка, с. 211.

стан організму людини та виділяють фізичне, психічне, соціальне та духовне здоров'я. Разом з тим, розвиток структури і складових здоров'я у науковій літературі багато разів набував різних модифікацій. Узагальнення компонентної характеристики здоров'я, представлене пані Г. Жарою, зведемо до таблиці (див. табл. 1.3).

Таблиця 1.3

## Компонентна характеристика "здоров'я"

	Компоненти	Автори	Результат графічного зображення
1	фізичне, психічне, духовне	В. Горащук, 1998, 2000	піраміда
2	фізичне, соціальне, духовне	А. Царенко, Г. Яцук, 1998	піраміда
3	фізичне, соціальне, інтелектуальне, емоційне, духовне	Т. Воронцова, В. Пономаренко, І. Репік, 2005	Квітка
4	фізичне, емоційне, розумове, соціальне, особистісне, духовне	В. Язловецький, О. Язловецька, 2000	Квітка
5	фізичне, соматичне, психічне (розумове, емоційне), соціальне	О. Шевчук, 2005	не представлено
	фізичне, психічне, соціальне, духовне, розумове, емоційне, особисте	Л. Іващук, 2010	не представлено
6	біологічне, соціальне, психологічне, духовне (фізичне, інтелектуальне, моральне)	Г. Воскобойнікова, 2014	не представлено
	фізичне, психічне, моральне, духовне, соціальне, професійне	Б. Долинський, 2016	циклічна схема.
	Фізичне, психоемоційне, інтелектуальне, соціальне, особистісне, духовне	Ю. Бойко, 2017	не представлено

[Таблиця розроблена автором]

Цікавим у межах дослідження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти та процесу його збереження

(озброєння знаннями та уміннями) є ті з представлених структур здоров'я, де загальноприйняті компоненти (*фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я*) автори пропонують доповнити *розумовим/інтелектуальним здоров'ям* (здатність отримувати інформацію, обізнаність щодо її отримання і використання); *емоційним/психоемоційним здоров'ям* (здатність розуміти відчуття і їх виражати); *особистим здоров'ям* (відчуття себе як особи).

Так, на нашу думку, розширення структури уведенням *розумового/інтелектуального компоненту* підкреслює необхідність опори на знання у процесі здоров'язбереження; *емоційного/психоемоційного* – роль емоцій, позитивного забарвлення заходів збереження здоров'я; *особистий* – відбиває необхідність узгодження соціальних запитів, політики у галузі збереження здоров'я із потребами та можливостями окремої особистості.

З урахуванням попередньо проведеного аналізу здоров'я, професійного здоров'я, професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, визначення його специфіки та функціональних особливостей (див. п. 1. 2), *структуру професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти* представляємо як *робочий образ досліджуваного явища* (див. рис.1. 1). Її цілісність визначається рядом компонентів: інтелектуальне, фізичне, психічне, духовне, соціальне здоров'я.

У межах кожного компоненту запропонованої структури вирішуються певні завдання та реалізуються певні функції. Разом з тим, їх цілісне, холістичне співіснування (Т. Бойченко<sup>114</sup>, В. Горащук<sup>115</sup>, С. Омельченко<sup>116</sup> В. Оржеховська<sup>117</sup> та ін.), дозволяє констатувати, що всі складові здоров'я (інтелектуальна, фізична, соціальна, психічна і духовна) тісно пов'язані між собою і, як зазначають Л. Романенко та К. Романенко, ці зв'язки мають чітко

<sup>114</sup>Бойченко, Т. Є., 2005. Освітні програми формування здорового способу життя молоді. Київ: Укр. Ін.-т соціальних досліджень, с. 22.

<sup>115</sup>Горащук, В. П., 2006. Формування культури здоров'я дітей та учнівської молоді засобами масової інформації. *Проблеми освіти: наук.-метод. зб.* Київ: ПТЗО, вип. 49., с. 48–52.

<sup>116</sup>Омельченко, С. О., 2008. *Теоретичні та методичні основи взаємодії соціальних інститутів суспільства в формуванні здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів*: автореф. дис. ... докт. пед. наук. Луганськ, с. 11.

<sup>117</sup>Оржеховська, В. М., 2007. *Духовність і здоров'я*. Черкаси: ПП Чабаненко Ю.А., с. 85.

визначену взаємообумовленість: "на базі фізичного здоров'я розвивається соціальне здоров'я, на основі фізичного та соціального формується психічне і, як вершина, формується духовне здоров'я людини"<sup>118</sup>. Системотвірним компонентом у так заданій логіці стає, на нашу думку, компонент інтелектуальний, оскільки дієвість кожної складової професійного здоров'я визначається рівнем мотивації та рівнем знань у галузі збереження та зміцнення здоров'я.

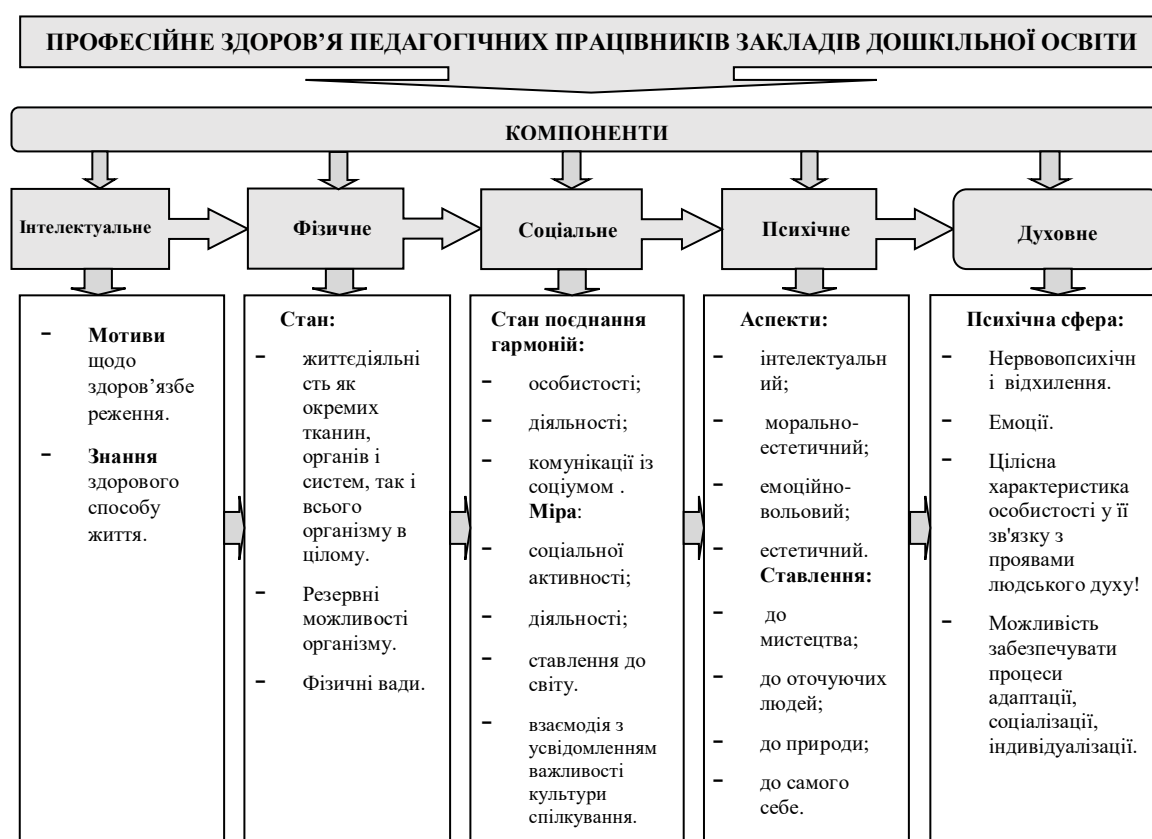


Рис. 1.1. Структура професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти

Дотримуючись представленої логіки, розглянемо характеристику кожного компонента структури більш детально.

Так, *інтелектуальний компонент* (див. рис.1.1) актуалізує: мотиви і цінності здоров'язбереження; необхідність процесу здобування нових знань у галузі охорони здоров'я; формування та інтегрування знань про сутність

<sup>118</sup>Романенко, Л. В., та Романенко, К. А., 2017. Технологічні особливості процесу формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів початкової школи. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 373.

здорового способу життя; спрямованість на узагальнення інформації щодо збереження та зміцнення професійного здоров'я, отримання знань про нові методики оздоровлення, порівняння їх з власними можливостями, а також їх узгодження з реалізацію завдань здоров'язбереження дошкільників. Інтелектуальна складова визначає характер засвоєння інформації, її використання, ефективність пошуку й накопичення необхідної інформації, що забезпечує розвиток особистості та її адаптацію в навколишньому світі.

Мотивація до здоров'язбереження та її результат (оволодіння комплексом знань та умінь у галузі здоров'язбереження) закладає підґрунтя для особистісно-професійного зростання, професійного розвитку педагогічних працівників ЗДО. Інтелектуальний компонент у такому розумінні забезпечує й розвиток їх творчого потенціалу. А наявність елементів творчості в роботі розглядають як джерело, що додає здоров'я. Чим більші можливості для творчості у педагогічній діяльності, тим більше ця діяльність приносить задоволення, тим самим підвищуючи стійкість учителя до захворювань<sup>119; 120</sup>.

Відповідно процес збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти супроводжується, по-перше, освоєнням особистістю відповідних знань і життєвих навичок здоров'язбереження, коли вони органічно поєднуються зі знанням соціальної ситуації та формують особливу складову світогляду педагогічного працівника; по-друге, актуалізують здатність особистості до постійного самовдосконалення. За таких умов, *самовдосконалення* – процес, що виявляється через єдність особистісних і професійних якостей педагогічних працівників, ступеню мобільності у розв'язанні завдань здоров'язбереження.

Дослідження Н. Кузьміної, А. Маркової, Л. Мітіної та ін. підтверджують залежність ефективності професійної діяльності педагога, самопочуття і здоров'я від оптимального рівня інтелектуального розвитку.

<sup>119</sup>Мешко, Г. М., та Мешко, О. І., 2015. Детермінанти професійного здоров'я вчителя. *Педагогіка здоров'я*: збірник наукових праць V Всеукр. наук.-практ. конф., присв. 170-річчю з дня народження І. І. Мечникова. Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, с. 357–362.

<sup>120</sup>Ільїн, В. С., 1999. Проблема формування мотивації у школярів. Київ, с.34.

*Фізичний компонент* це стійкий функціональний стан організму, що забезпечує успішну життєдіяльність людини (життєдіяльність як окремих тканин, органів і систем, так і всього організму в цілому). Він характеризує функціональні можливості організму, всіх його органів й систем, рівень їх резервних можливостей. У зазначеному контексті враховується й наявність чи відсутність фізичних дефектів, захворювань, в тому числі генетичних<sup>121</sup>.

Організм кожної людини, проходячи шлях від здоров'я до патології, має свої специфічні захворювання, їх прояви у різних людей індивідуальні, але причини їх виникнення, за невеликим винятком, досить однотипні. Аналіз відомих на сьогодні знань про здоров'я дозволив серед комплексу чинників визначити найголовніші, що сприяють зміцненню здоров'я або, навпаки, спричиняють розлад функціонального стану організму людини. До таких чинників належать: рухова активність, харчування, ендоекологія, дихання, загартування, звички, психоемоційна активність, зайва вага, надмірне вживання ліків, шкідливі звички, недотримання режиму праці й відпочинку, несприятлива екологія, морально-вольові, ціннісно-мотиваційні та духовні якості. Визначені принципи змушують організм формувати адаптаційно-компенсаторні комплекси, які призводять спочатку до зниження працездатності, хронічної втоми, погіршення якості життя, а згодом і до більш серйозних розладів<sup>122, 123</sup>.

Як зазначає О. Міхеєнко, фізичне здоров'я забезпечується функціонуванням лікувально-оздоровчої сфери, дія якої визначається двома напрямками. Перший передбачає вплив на організм і намагання підтримувати всі його системи та органи у "робочому" стані за допомогою ліків. Сучасна медицина цілком відповідає запитам таких людей. Виходячи за межі

<sup>121</sup>Халайцян, А. П., Культура здоров'я особистості як складова частина її фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання*, [online]. Режим доступу : <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2014-03/14karppe.pdf> [Дата зверн. 22.08.2017].

<sup>122</sup>Міхеєнко, О. І., 2017. Зміст професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини як стратегічний чинник забезпечення здоров'я населення України. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, № 5 (69), с. 298.

<sup>123</sup>Блашко, Е. Н. *Формирование культуры здоровья студента в процессе физического воспитания*, [online]. Режим доступу : [http://media.miu.by/files/store/items/uses/xix/mim\\_uses\\_xix\\_11023.pdf](http://media.miu.by/files/store/items/uses/xix/mim_uses_xix_11023.pdf) [Дата зверн. 22.08.2017].

віталістичної концепції, вона намагається швидко зробити людину "здоровою" і не переймається негативними наслідками такого лікування. У розвитку цього напрямку медична сфера, безперечно, досягла значних успіхів.

Другий – орієнтований на відновлення чи зміцнення здоров'я шляхом застосування природних оздоровчих засобів. До цієї категорії належать ті, хто усвідомив, що для справжнього зцілення необхідно усунути причини хвороби, а отже, змінити поведінку, звички, характер мислення, спосіб життя. Засоби віталістичного спрямування працюють за принципом відновлення імунітету, гомеостазу, гармонії. Цей шлях вимагає певного часу і особистих зусиль<sup>124</sup>.

Концептуальні ідеї другого напрямку візьмемо за основу розробки оздоровчих заходів для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти як такого, що забезпечує активізацію внутрішніх резервів людини, орієнтований на використання внутрішнього життєвого ресурсу.

А. Цьось відзначає й те, що фізичне оздоровлення, як і кожна сфера людської діяльності, "розвивається залежно від соціально-економічних та політичних умов, географічного положення країни тощо". Ураховуючи ці чинники, припускають, що в Україні фізичне оздоровлення розвивалося у двох взаємопов'язаних напрямках: військово-фізичне (наприклад, Козацька республіка з її оздоровчою системою) та оздоровчо-рекреаційне (ігри-розваги для дітей та дорослих, здорове харчування, загартування та ін.)<sup>125</sup>.

Сучасна політика у галузі здоров'я вирізняється скоріше декларативним характером. Крім того, у останні десятиріччя здоров'я часто пов'язують із абсолютизацією саме фізичної складової, поширюється думка про те, що здоровий спосіб життя – це спортивний спосіб життя, а фізична культура і спорт – ключові засоби пропаганди здорового способу життя.

Дійсно, з огляду на аналіз психолого-педагогічних досліджень, фізичний компонент професійної діяльності здоров'я характеризується відповідними

<sup>124</sup>Міхеєнко, О. І., 2016. *Основи раціонального та оздоровчого харчування*: навч. посіб. Суми: Університетська книга, с. 34.

<sup>125</sup>Цьось, А. В., 2004. Ідеал здоров'я в традиціях українського народу. *Проблеми екології людини*. Луцьк: Надстир'я, с. 120–126.

показниками (функціональні можливості організму, життєздатність його органів й систем та організму в цілому, резервні можливості організму, фізичні вади та ін.) та детермінує загальний стан здоров'я. Однак, для вирішення оздоровчих завдань, що орієнтовані на перспективу, найбільш ефективним є комплексний підхід, що дозволяє врахувати низку базових факторів впливу як на фізіологічні, так і психоемоційні процеси в організмі, та ґрунтується на соціальній складовій.

*Соціальний компонент* здоров'я, вслід за І. Коцан, розглядаємо як *інтегративний показник* об'єктивних і суб'єктивних соціальних характеристик особистості, що "детермінується соціально-рольовими й аксіологічними характеристиками індивіда та водночас особливостями впливу найближчого оточення й суспільства, характером і рівнем розвитку, що притаманне основним сферам суспільного життя в певному середовищі – економічному, політичному, соціальному, духовному; *стан* оптимального поєднання гармоній: гармонії особистості; гармонії діяльності; гармонії комунікації із соціумом"<sup>126</sup>.

Так, під соціальним здоров'ям І. Маруненко та О. Тимчик розуміють міру соціальної активності, діяльності, ставлення індивіда до світу. У цьому контексті важливим, на їх думку, є усвідомлення педагогом/педагогічним працівником себе як особистості з урахуванням статі і взаємодії у сучасному світі. Така взаємодія відбувається з усвідомленням важливості культури спілкування в сім'ї, з колегами, дітьми/вихованцями та їх батьками<sup>127</sup>.

На тісному взаємозв'язку фізичного та соціального здоров'я зосереджують увагу й зарубіжні науковці (Ф. Гутцвіллер, О. Жанрі), наголошуючи, що соціальне здоров'я має сприяти збереженню здоров'я людини взагалі та професійного зокрема. Їх дослідження присвячені профілактичним та пропедевтичним завданням соціального здоров'я<sup>128</sup>.

<sup>126</sup>Коцан, І. Я., 2011. *Психологія здоров'я людини*. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, с. 162.

<sup>127</sup>Маруненко, І. М., и Тимчик О. В., 2016. *Медико-соціальні основи здоров'я: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл.* Київ: Київськ. ун-т ім. Бориса Грінченка, с. 33–34.

<sup>128</sup>Gutzwiller F., und Jaenneret O., 1996. Konzepte und Definitionen. *Sozialund Prdventivmedizin Public Health*. S. 23–29.



У цьому контексті важливим у межах вивчення проблеми професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є й дослідження особливостей процесів, які забезпечують інтеграцію людини в суспільство. Засадничими є твердження чеських психологів Й. Лангмейєра та З. Матейчика, які до таких процесів відносять: 1) розвиток соціальної реактивності – формування диференційованого емоційного ставлення до людей (дітей, батьків, колег, адміністрації); 2) розвиток соціального контролю – пристосування поведінки індивіда до норм суспільства (професійних та життєвих норм); 3) засвоювання соціальних ролей – очікувана поведінка відповідно до фаху професійно-педагогічної діяльності. Науковці акцентують увагу на емоційних, етико-моральних та індивідуальних вікових особливостях людини, що безпосередньо відображаються на її реалізації в соціумі.

Відповідно до поглядів науковців, для підтримки соціального здоров'я важливо враховувати соціальний досвід особистості, самоусвідомлення її в суспільстві, уміння співчувати переживанням інших людей, спричиненому власною поведінкою, готовність до відповідальності за свої вчинки та здатність до комунікації в соціумі. Зазначені особливості є показниками соціального здоров'я людини<sup>129</sup>.

За іншими джерелами (Troschke, Hoffmann-Markwald & Haerberlein, 1993; Lee & Rahman, 1997), головними завданнями соціального здоров'я є попередження хвороби (профілактика), продовження життя та зміцнення здоров'я.

Соціальне здоров'я безпосередньо впливає на якість та ефективність трудових ресурсів, у чому відображається взаємозалежність держави та особистості. У такому сенсі до характеристик соціального здоров'я особистості відносять: адекватне сприйняття соціальної дійсності; інтерес до навколишнього світу; адаптація (рівновага) у фізичному й суспільному середовищі; спрямованість на суспільно корисні справи; культура споживання, альтруїзм, емпатія, відповідальність перед іншими, безкорисливість, демократизм у поведінці.

<sup>129</sup>Лангмейєр Й., и Матейчик З., 1984. *Психическая депривация в детском возрасте*. Прага: Авиценум, с. 79.

*Психічний компонент* визначає стан психічної сфери, наявність чи відсутність нервовопсихічних відхилень, уміння розуміти й виражати свої емоції, спосіб вираження ставлення до самого себе й оточуючих.

Зауважимо, що культура оздоровлення передбачає наявність сучасного мислення: вміння адекватно, самостійно аналізувати явища і процеси (професійні та оздоровчі), розрізняти головне і другорядне, відмовитись від штампів та інерції мислення у процесі оздоровлення.

Характеризуючи психічне здоров'я В. Міляєва та Ю. Бреус наголошують, що воно має відношення до окремих психічних процесів та механізмів. Автори дають й окремо інтерпретацію так званого "психологічного здоров'я", зазначаючи, що під цим кутом зору особистість характеризують у цілому, з точки зору перебування її у безпосередньому зв'язку з проявом людського духу<sup>130</sup>.

Особливості в інтерпретації цих понять врахуємо при побудові критеріально-показникової моделі дослідження.

На думку В. Міляєвої та Ю. Бреус Ю. В., "психологічне благополуччя складається з когнітивного та емоційного компонентів"<sup>131</sup>. У нашому розумінні це відповідає розумовій (інтелектуальній) та емоційній складовим здоров'я. У дослідженні інтелектуальну складову виокремлюємо, підкреслюючи особливе значення процесу та результату оволодіння знаннями.

Оскільки емоції складають особливий клас психічних станів людини, у дослідженні емоційне здоров'я будемо розглядати як складову психічного здоров'я. Відповідно, емоційну складову здоров'я вміщуємо до психічного компоненту, уточнюючи його змістове наповнення ознаками цілісного емоційного ставлення людини до себе і світу, перетворення негативних емоцій у позитивні, породження позитивно забарвлених переживань тощо.

Емоційне благополуччя педагогічних працівників багато в чому залежить

---

<sup>130</sup>Міляєва, В. Р., та Бреус, Ю. В., 2012. Емоційне здоров'я як складова професійної успішності майбутніх фахівців соціономічних професій. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. *Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*, X (23), с. 416.

<sup>131</sup>У тому ж джерелі, с. 418.

від стилю керівництва в педагогічному колективі, соціально-психологічної компетентності адміністрації. Конфлікти, що іноді виникають між педагогічними працівниками й адміністрацією, впливають на стан здоров'я. Негативне ставлення з боку адміністрації, непередумані нововведення, перекладання своїх обов'язків на педагогічних працівників, нерівномірне педагогічне навантаження, консерватизм адміністрації є не тільки причинами конфліктів між педагогічними працівниками і адміністрацією, але й причиною погіршення самопочуття сторін конфлікту<sup>132</sup>.

Психічне здоров'я визначається за трьома основними критеріями: адаптація, соціалізація, індивідуалізація. Так, під адаптацією стосовно психічного здоров'я розуміють здатність людини усвідомлено ставитися до функцій свого організму (травлення, дихання та ін.) та регулювати свої психічні процеси (керувати своїми думками, почуттями, бажаннями). Межі змісту індивідуальної адаптації існують, але є і загальні для всіх людей закономірності. Критерієм успішної адаптації є здатність людини жити в сучасних соціоекологічних умовах. Соціалізація стосовно психічного здоров'я розуміється в трьох основних проявах: реакція людини на іншу людину як на рівну собі, визнання людиною існування норм у стосунках між людьми, визнання людиною самотності й відносної залежності від інших людей, тобто існування певної гармонії між параметрами "самотній" і "залежний". Індивідуалізація стосовно психічного здоров'я розуміється, як здатність усвідомлювати власну неповторність та індивідуальність, не дозволяти руйнувати її іншим людям, зіставляти свою індивідуальність з проявами індивідуальності інших людей.

Отже, психічно здорова людина характеризується своїми можливостями адаптації, соціалізації та індивідуалізації. Ці можливості є у кожної людини, а "ступінь їх реалізації визначається соціальною ситуацією, тобто тими щоденними умовами розвитку людини, в яких вона реалізує себе, свої думки, можливості, бажання, якості"<sup>133</sup>.

<sup>132</sup>Клюева, Н. В., 2000. *Технологии работы психолога с учителями*. Москва: ТЦ "Сфера", с. 114.

<sup>133</sup>Ананьев, В. А., 1995. Психология здоровья: синтез знаний о личностном росте. *Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы*, № 3, с. 54–67.

У цілому психічне здоров'я людини пов'язане з усвідомленням себе і свого місця у світі, що, у свою чергу, залежить від задоволення потреб особистості. А. Маслоу виділив такі фундаментальні потреби: "потреба в безпеці й стабільності, потреба в любові, потреба у визнанні, потреба в пізнанні й потреба в розумінні, естетичні потреби, експресивні потреби – потреба в емоційному та моторному самовираженні, потреба в самоактуалізації"<sup>134</sup>.

Поглиблюючи висновки Н. Кузьміної, А. Маркової, Л. Мітіної та ін. щодо ефективності професійної діяльності педагога, його самопочуття і здоров'я, відзначаємо залежність досягнення високих показників у визначених напрямках від синтетичного, цілісного стилю диференціації, гнучкості і конвергентності мислення, активності, швидкості реакції, мобільності, емоційної стійкості, рівня саморегуляції, які можна вважати показниками показниками інтелектуального здоров'я.

*Духовний компонент* в контексті функціонування різноманітних форм духовного життя в соціумі визначається передусім як соціальна обумовленість духовної діяльності та суспільної свідомості<sup>135</sup>.

Як зазначають Ю. Бойчук та Н. Наumenко, як і будь-яке інше явище, духовне здоров'я є поліаспектним у своїй змістовій характеристиці. Розуміння його сутності дозволяє забезпечити цілісну характеристику професійного здоров'я. У зазначеному контексті духовне здоров'я виступає фундаментальною інтегрованою характеристикою особистості та її духовного світу, освітньої діяльності, уміщуючи в собі інтелектуальний, морально-етичний, емоційно-вольовий та естетичний аспекти<sup>136</sup>. Гармонійна єдність цих аспектів характеризує емоційно-чуттєве, позитивне ставлення суб'єкта до світу, мистецтва, оточуючих людей, природи, самого себе.

Автори доводять, що духовне здоров'я індивіда залежить від складників

<sup>134</sup>Маслоу, А., Гиппенрейтер, Ю. Б., и Пузырей, А. А., ред., 1982. Самоактуализация. *Психология личности: тесты*. Москва: МГУ, с. 110–288.

<sup>135</sup>Наumenко, Н. В., 2012. Дефінітивна характеристика поняття "духовне здоров'я людини". *Теорія та методика навчання та виховання: зб. наук. пр.* Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, вип. 32, с. 115–124.

<sup>136</sup>Бойчук, Ю. Д., та Наumenко, Н. В., 2017. Духовне здоров'я: науковий аналіз поняття. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 16.

духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Тому його рівень визначатиметься особистісною потребою у засвоєнні системи цінностей та якістю мотиваційно-ціннісного ставлення до складників духовної спадщини суспільства. Духовне здоров'я як інтегральне утворення синтезує не лише психічні чи душевні якості, але й усі особистісні характеристики, оскільки його носієм є особистість, а не психіка, інтелект чи свідомість. У зв'язку з цим духовне здоров'я не може бути однозначно інтерпретоване через певні ознаки та характеристики, а являє собою постійно змінну та багатовимірну реальність буття людини з урахуванням як внутрішніх духовних чинників її поведінки, так і соціокультурного контексту життєдіяльності<sup>137</sup>.

Духовний компонент здоров'я відображає суть людського буття, тобто основоположні цільові, життєві настанови, які забезпечують цілісність особистості, її розвиток та життя в суспільстві. Його визначають стрижнем цілісного здоров'я, що закладає підґрунтя для усталення всіх інших компонентів. У такому сенсі прийняті людиною рішення визначають стан здоров'я, його руйнацію/розвиток хвороби або попередження захворювання.

На певний рейтинг у компонентному складі здоров'я впливає характер індивідуального розвитку протягом життя людини (індивідуальне через вікову траєкторію): для дитини, молодшої людини провідними є фізичне, психоемоційне та інтелектуальне здоров'я; для людини старшого віку пріоритети визначаються крізь призму духовного, соціального й особистісного здоров'я.

Так, А. Маслоу вважає, що люди, здорові духовно, мають особливі характеристики. Саме вони "можуть прагнути до самоактуалізації, тобто до здійснення своєї місії, покликання, долі, прагнення до єдності своєї особистості"<sup>138</sup>.

Засадничими у межах актуалізованої проблеми є твердження Г. Шевченка, який наголошує, що духовне здоров'я забезпечує реалізацію в особистісному бутті сутнісних потенцій духовного світу людини і не дає

<sup>137</sup>Бойчук, Ю. Д., та Науменко, Н. В., 2015. *Духовне здоров'я молодших школярів: теоретико-методичні аспекти формування: метод. реком. для викл. вищ. пед. навч. закл.* Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, с. 2.

<sup>138</sup>Маслоу, А., Гиппенрейтер, Ю. Б., и Пузырей, А. А., ред., 1982. *Самоактуализация. Психология личности: тесты.* Москва: МГУ, с. 110–288.

можливості виявитися його деструктивним якостям. Воно, на думку автора, "складає основу оцінки якості духовної складової людини та її життєдіяльності. Саме духовно здорова людина може трансформувати себе із площини "буттєвих можливостей" в реальну життєдіяльність, у межах якої здійснюється її саморозвиток та самоактуалізація, ознакою чого є визначення смисложиттєвих орієнтирів людини".

Автор наголошує, що "духовне здоров'я формується шляхом виховання в особистості позитивного спілкування, виставлення акцентів щодо моральної вихованості як однієї з важливих характеристик людини й суспільства". Важливим підґрунтям забезпечення процесу духовного оздоровлення визначають природні явища, спілкування з довкіллям, його комплексним дослідженням<sup>139</sup>, що є пріоритетним напрямом оздоровчих заходів у межах реалізації актуалізованого наукового пошуку.

До ознак і показників духовного здоров'я належать: сприйняття життя як цінності, прагнення людини до створення в ній нових ціннісних якостей, гуманістичні способи впливу на себе й оточуючих, відчуття людиною цілісності внутрішнього світу.

Узагальнюючи, наголошуємо: цілісне представлення професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти визначаємо *образом результату досліджуваного явища*. Цим підкреслюємо, що формування ціннісного ставлення до здоров'я має відбуватися цілісно, а не окремо для інтелектуальної, фізичної, соціальної, психічної та духовної складових. Таким чином представлена універсальна структура професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти демонструє не тільки взаємозв'язки між його складовими, але й дозволяє пояснити можливості управління здоров'ям.

Разом з тим, цілісна характеристика професійного здоров'я, що обумовлена тісним взаємозв'язком його складових, дозволяє відображати його

---

<sup>139</sup>Шевченко, Г. П., ред., 2006. Духовність та духовна культура особистості. *Формування духовної культури учнівської молоді засобами мистецтва*: колективна монографія. Луганськ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, с. 7–37.

кількісно та якісно (рівень і гармонійність фізичного розвитку; резервні можливості основних фізіологічних систем; рівень імунного захисту й неспецифічної резистентності організму; наявність або відсутність хронічного захворювання, дефекту розвитку; здатність звільнюватися від метаболітів та ендотоксинів; рівень морально-вольових і ціннісно-мотиваційних настанов тощо) через обрану та обґрунтовану систему критеріїв та показників на основі використання рівневого підходу.

У зв'язку з цим у роботі представлено власну критеріально-показникову систему експериментальної роботи, а виділені параметри у межах експериментальної роботи є тими оптимальними точками відліку, на які орієнтована модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників (див. п. 2.3). Врахуємо у ході їх розробки необхідність їх об'єктивності на основі поєднання найсуттєвіших ознак досліджуваного явища; врахування типових сторін досліджуваного явища; чіткості, лаконічності, точності у формулюванні; необхідність включення тих характеристик, що не суперечать одна одній та створюють цілісну картину для розуміння досліджуваного явища.

Наголошуємо, *критерій* (від гр. слова *kriterion* – засіб для судження) визначаємо як "ознаку, на основі якої здійснюється оцінка або класифікація чогось; мірило оцінки; основна ознака, за якою одне рішення обирається з множини можливих"<sup>140</sup>. Узагальнюючи, критеріями називаємо певні характеристики об'єкта дослідження, що забезпечують ефективність експериментальної роботи у секторі вивчення його стану, рівня функціонування і розвитку та передбачають кваліметричний вияв.

Кожен із визначених критеріїв характеризується певними *показниками* – "якісними або кількісними характеристики сформованості кожної властивості,

---

<sup>140</sup>Виленский, М. Я., 1999. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*, № 4, с. 27–32.

ознаки об'єкта, який вивчається, тобто ступенем сформованості певного критерію"<sup>141</sup>.

За таких умов, *базовим критерієм* оцінки досліджуваного явища обрано *стан* професійного здоров'я, що включає певні компоненти (критерії уточнення). Враховуючи складність досліджуваного явища (професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти), до критеріїв уточнення віднесемо лише ті, які відображають окреслене нами коло проблем комплексно<sup>142</sup>.

У цілому *стан* – це модальність – характеристика будь-якої системи-моделі, яка відображає її різні ракурси-положення-конфігурації відносно тих чи інших координатних об'єктів екстеросередовища та соціуму. Стан суб'єкту може бути зафіксовано, визначено, встановлено з точки зору екстернально-зовнішнього та інтернально-внутрішнього порядку. Стан розглядається як сутність буття при розкритті атрибутивної конструкції матерії; досягнення найвищої досконалості у будь-якій галузі діяльності як підсумковий результат<sup>143</sup>.

Як зазначено у Філософському енциклопедичному словнику (1983), *стан* – це дефінітивно встановлене свідомістю, підсвідомістю суб'єкта в певних часових та просторових межах інтегрально-базальне відчуття:

- комфорту-дискомфору, затишку-дисзатишку, благополуччя-неблагополуччя, задоволеності-незадоволеності у тих чи інших субструктурах-субсистемах організму в сукупності його систем, субсистем; мультистани суб'єкта;

- як модальність-параметр його позитивних, негативних психофункцій-психопроцесів;

<sup>141</sup>Виленский, М. Я., 1999. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*, № 4, с. 27–32.

<sup>142</sup>Новиков, А. М., и Новиков, Д. А., 2007. *Методология*. Москва: СИНТЕГ, с. 103.

<sup>143</sup>Пожарский, С. Д., ред., 2010. *Акмеология – философия успеха*: монографія. Санкт-Петербург: "Северный колледж", с. 214.



- як параметр-характеристика його задоволеності-незадоволеності, контрольно-регулятивна функція в феноменах адаптації-приспосовування суб'єкта до екстернсередовища, соціуму, екзистенції<sup>144</sup>.

Такі вихідні параметри окресленого поняття дозволяють вивчати перетворення природних потенціалів у творчі, такі, що забезпечують самореалізацію творчих потенціалів через духовні продукти, саморозвиток індивіда, особистості, суб'єкта діяльності, індивідуальності, включають фізичні, психічні, новоутворення, що проявляються у властивостях людини (здібності, мотиви, спрямованість, відповідальність, компетентність, компетенції) та складають підґрунтя результативності її діяльності<sup>145</sup>.

У цілому у станах проявляється захопленість справою, відповідальність, направленість не на перевагу у змаганні з іншими, а на пошук себе. У контексті актуалізованої проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти визначаємо такі *спільні стани*:

- соціально спрямована мотивація щодо оволодіння життєвими навичками збереження здоров'я, її проєкція на професійну освітню діяльність, озброєння вихованців програмами діяльності самотворення;

- спрямованість на збереження власного здоров'я, що забезпечує успішний саморозвиток та самовдосконалення в умовах самостійної роботи над собою;

- спрямованість на оволодіння знаннями, уміннями навичками здоров'язбереження;

- впевнене володіння педагогічними працівниками ЗДО формами, методами, засобами здоров'язбереження,

- самостійне регулярне вивчення якості результатів власної здоров'язберезувальної діяльності;

- відповідальність перед вихованцями за кінцеві результати оздоровчої діяльності;

<sup>144</sup>Ильичев, Л. Ф., и Федосеев, П. Н., ред., 1983. *Философский энциклопедический словарь*. Москва: Советская энциклопедия, с. 586.

<sup>145</sup>Пожарський, С. Д., ред., 2010. *Акмеология – философия успеха*: монографія. Санкт-Петербург: "Северный колледж", с. 214.

- оцінка результатів власної оздоровчої діяльності за ознаками наявних результатів здоров'ятвірної діяльності вихованців закладів дошкільної освіти тощо.

Стани, що повторюються в повсякденній діяльності та потребують прийняття творчих рішень, приводять до розвитку певних (у ряді випадків творчих) *властивостей*. У контексті вивчення професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, властивості набувають характеристик *критеріїв уточнення*, що будемо використовувати для оцінки професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти: *інтелектуальне, фізичне, психічне, соціальне здоров'я*, адаптовані для вивчення досліджуваного явища з опорою на поняття "стан".

Дамо їх розгорнуту характеристику та окреслимо показникову структуру кожного із виділених критеріїв уточнення.

***І. Інтелектуальне здоров'я*** – стан інтелектуальної сфери, який актуалізує *мотиви* щодо здоров'язбереження, здатність *отримання інформації* у галузі охорони здоров'я, формування *системи знань* про закономірності збереження і зміцнення здоров'я використання знань у ході оздоровчої практики, оволодіння *уміннями та життєвими навичками* здоров'язбереження, самоосвіти, самооцінки і корекції окремих компонентів життєдіяльності у питаннях збереження здоров'я.

Ведуча роль у процесі здоров'язбереження відводиться *мотиваційній сфері*, де мотив, як зазначає Г. Селевко, "складне утворення, яке, поєднуючи різні види спонукань до діяльності (потреби, прагнення, цілі, установки, ідеали), забезпечує задоволення потреб суб'єкта"<sup>146</sup>.

У контексті досліджуваної проблеми розробка мотиваційної складової відбувалася у межах такої логіки: потреба бути здоровим (ХОЧУ!), потреба будувати свої відносини із самим собою, найближчим оточенням та навколишнім світом (МОЖУ!), потреба (рішучість) жити за природовідповідними законами (БУДУ!).

Зазначений критерій включає певну кількість показників, що

<sup>146</sup>Селевко, Г. К., 2005. *Технологии развивающегося обучения*. Москва: НИИ школьных технологий, с. 45–56.

характеризують, розширюють та задають спрямованість педагогічних працівників закладів дошкільної освіти щодо необхідності збереження професійного здоров'я:

*Соціальні мотиви:*

- усвідомлення здоров'я як загальнолюдської цінності;
- ставлення до власного здоров'я та здоров'я найближчого оточення як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності;
- потреба в педагогічних працівниках, готових не лише творчо реалізувати себе, а й орієнтованих на збереження і підтримку власного здоров'я та здоров'я підростаючих поколінь на всіх етапах освітньої діяльності.

*Особистісно-професійні мотиви:*

- усвідомлене проектування життєвих прагнень, які визначають спосіб життя;
- потреба забезпечити умови для професійної мобільності шляхом підтримання здоров'я;
- потреба приймати оздоровчі рішення у особистому житті та сфері дошкільної освіти, в тому числі у сфері збереження здоров'я дошкільників;
- прагнення до саморозвитку, самовдосконалення та самовиховання;
- потреба вдосконалення професійного здоров'я;
- потреба здійснювати професійну діяльність з використанням здоров'язбережувальних технологій;
- здатність до високої ефективності професійної діяльності;
- потреба формувати у дітей дошкільного віку здоров'язбережувальну компетентність.

*Утилітарні мотиви:*

- потреба гарно виглядати;
- потреба у визнанні з боку керівництва, колег, батьків, учнів;
- потреба у підвищенні власного статусу, заробітної плати.

Ефективність здоров'язбережувальної діяльності фахівця, крім інших чинників, зумовлюється володінням відповідними *знаннями*, які розглядаємо

як комплекс теоретичних і практичних положень, який застосовують у різних сферах діяльності; у вузькому розумінні (в окремій галузі) – це "понятійно-фактична складова матеріалу, яка включає взаємопов'язані факти, закономірності, теорії, узагальнення, терміни"<sup>147</sup>.

Знання про закономірності збереження і зміцнення здоров'я, здоровий спосіб життя, знання людиною своїх можливостей, санітарно-гігієнічних основ життя, методик здоров'язберігаючої діяльності у межах експериментальної роботи закладають підґрунтя для успішної реалізації здоров'язбережувальної діяльності, самовдосконалення та, відповідно, для зміцнення та збереження власного професійного здоров'я та здоров'я вихованців<sup>148</sup>.

Вважаємо, що фахівцям закладів дошкільної освіти для виявлення і аналізу професіогенних факторів ризику, що впливають на стан їх професійного здоров'я необхідне володіння комплексом знань (загальних та спеціальних)<sup>149</sup>. Цілісність їх засвоєння визначає цілісність діяльнісної складової у сфері збереження здоров'я та оптимізації побудови цілісної життєвої траєкторії, підвищення рівня життя у цілому. У зазначеному контексті виділяємо такі показники *сфери знань у межах критерію "інтелектуальне здоров'я"*:

*Загальні знання:*

- знання, що обумовлюють загальний кругозір (знання з основ філософії, політики, соціології, релігієзнавства, права, техніки тощо);
- знання, що обумовлюють професійний кругозір (психолого-педагогічні, знання теорій та методик дошкільної освіти, змісту та методів роботи з батьками вихованців, тощо);
- знання, що обумовлюють культурологічний кругозір (знання з культури, краєзнавства, літератури, моралі, основ етики, естетики, мистецтва тощо).

<sup>147</sup> Антонова, О. Є., 2001. Словник базових понять курсу "Педагогіка". *Технології професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів*: навчальний посібник. Житомир, с. 230.

<sup>148</sup> Вачков, І. В., 2007. *Структура професійної самосвідомості*. Київ: Шкільний світ, с. 12–18.

<sup>149</sup> Міхеєнко, О. І., 2017. Особиста відповідальність за стан свого здоров'я як стратегічний принцип оздоровчої практики. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 238.

*Спеціальні знання:*

- знання основ здоров'я та професійного здоров'я, їх особливостей;
- знання структури професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти;
- знання ризиків, стресогенних факторів професійної діяльності, шляхів їх попередження та подолання;
- знання з культури спілкування;
- знання основних форм, методів, засобів, інноваційних технологій здоров'язбереження вихованців.

Зазначимо, що перша група (загальні знання) у цілому має опосередковане відношення до досліджуваної проблеми. Таким чином, у процесі подальшої експериментальної роботи розглянемо більш детально особливості спеціальних знань.

Складовою інтелектуального здоров'я визначено й його діяльнісну характеристику, безпосередньо пов'язану із системою *вмінь*, необхідних для забезпечення відповідного рівня професійного здоров'я.

Ураховуючи різноплановість та об'ємність феномену професійного здоров'я, діяльнісний простір звужимо, актуалізуючи лише ті уміння, які наскрізно розв'язують питання збереження та зміцнення професійного здоров'я у його ключових складових: інтелектуальне, фізичне, психічне, соціальне здоров'я. До них віднесемо:

- пошукова активність (інтелектуальна та фізична);
- задоволення оптимального рухового режиму (інтелектуального та фізичного);
- подолання труднощів у досягненні поставлених цілей;

**II. Фізичне здоров'я** (як критерій оцінки стану професійного здоров'я) визначаємо як "певний стан розвитку органів та систем організму, основу якого становлять морфологічні та функціональні резерви, що забезпечують

адаптаційні реакції; стан гармонії морфофізіологічної структури тіла та функціонального стану систем життєзабезпечення людського організму"<sup>150</sup>.

За таких характеристик фізичне здоров'я визначається рівнем функціонування індивідуальних показників соматичного здоров'я з урахуванням програми індивідуального розвитку, домінуючих на різних етапах онтогенетичного розвитку базових потреб як пускових механізмів розвитку людини. Основними показниками фізичного здоров'я вважаємо:

- фізіологічний та фізичний розвиток людини (зв'язок спадковості людини і її здоров'я; природа психосоматичної конституції людини, її морфологічні, фізіологічні, ендокринні особливості, нормальне функціонування організму на всіх рівнях його організації – органів, організму в цілому, гістологічних, клітинних та генетичних структур, нормальна поточність типових фізіологічних і біохімічних процесів, які сприяють вираженню та відтворенню; відсутність хвороби, хворобливого стану або хворобливих змін, тобто оптимальне функціонування організму за відсутності ознак захворювання або будь-якого порушення;

- фізична працездатність,
- фізична підготовленість,
- фізична форма,
- фізична активність.

**III. Психічне здоров'я** – стан психічної та емоційної сфери, основу якого становить загальний душевний комфорт, що забезпечує адекватну поведінкову реакцію як підґрунтя якісного виконання професійної діяльності та якості життя.

Психічне здоров'я належить до сфери розуму, інтелекту, емоцій та характеризує стан інтелектуально-емоційної сфери, основу якого становить загальний душевний комфорт, що забезпечує адекватну поведінкову реакцію<sup>151</sup>. Цей стан зумовлений біологічними та соціальними потребами, можливостями їх задоволення.

<sup>150</sup>Іващук, Л. Ю., та Онишкевич, С. М., 2010. *Валеологія*: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, с. 42.

<sup>151</sup>Яковлев, Б. П., 2003. Психическая нагрузка, деятельность и здоровье человека. *Педагогическое образование и наука*. Москва, № 3. с. 52–60.

Особливого значення для оцінки психічного здоров'я набуває *вольовий компонент*, що на тлі формування позитивних емоцій, актуалізує потребу у здоровому способі життя, спонукає аналізувати зміст та результати власної здоров'язбережувальної діяльності, вносити відповідні корективи з метою підвищення загальної працездатності в професійній діяльності<sup>152</sup>.

Показниками психічного здоров'я визначаємо:

- нормальне функціонування інтелекту, що виявляється в розв'язанні різноманітних завдань вербально-логічної та логіко-алгоритмічної взаємодії з середовищем, та емоційне здоров'я;
- вміння керувати особливою формою суб'єктивного (емоційного) відображення інтегрованої взаємодії із зовнішнім світом, що виявляється в емоційних реакціях, поведінці та стані;
- прикладання вольових зусиль;
- риси характеру і способи їх реалізації, темперамент;

**IV. Соціальне здоров'я** – стан та характер взаємовідносин із соціумом, основу якого становлять цінності та мотиви поведінки індивіда, рівень розвитку економічної, політичної, соціальної; духовної сфер життя, що забезпечує поєднання процесів сприймання та впровадження в практику норм здорового способу життя; орієнтоване на комунікативні процеси, накопичення досвіду у галузі збереження здоров'я; сукупність характеристик духовного світу особистості, особистісна потреба у засвоєнні системи загальнолюдських духовних цінностей та якість мотиваційно-ціннісного ставлення до складників духовної спадщини<sup>153</sup>.

Особливу значущість соціальна складова як визначальний фактор здоров'я людини і соціуму набуває у зв'язку з появою проблем, створених сучасним стилем життя, а саме: розвитком інформаційного суспільства, доступністю спілкування у соціальних мережах, збільшенням кількості

<sup>152</sup>Шкуратова, И. П., 2007. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями. *Психология кризиса и кризисных состояний*. Москва, вып. 4, с. 17–23.

<sup>153</sup>Байкова, Л. А., 2008. Сущность социального здоровья детей и молодежи, его критерии, показатели и диагностика. *Психология здоровья: психическое, психологическое и социальное здоровье гендерно-возрастных групп населения*. Рязань, с. 243.

контактів з носіями інших культур. Посилення соціальної складової здоров'я підтверджується процесом соціалізації – тим, що людина все більше і більше включається в систему соціальних зв'язків, а тому будь-які зміни в соціальному середовищі впливають (позитивно або негативно) на її здоров'я.

Розширену показникову систему соціального здоров'я можна представити у такому вигляді:

- компонент особистих і професійних якостей педагога, який включає особисті (організованість, відповідальність за власне здоров'я, доброзичливість, вимогливість до себе, працьовитість, працездатність, ініціативність, енергійність, наполегливість, рішучість та ін.) та професійно-значимі якості (інтерес до людей, любов до дітей, тактовність, емпатія, толерантність, рефлексія та ін.);

- ступінь задоволеності своїм матеріальним добробутом, харчуванням, житлом, соціальним місцем у суспільстві, соціальною політикою; стан характеру взаємин із соціумом, основу якого становлять цінності та мотиви поведінки індивіда, характер і рівень розвитку економічної, політичної, соціальної, духовної сфер суспільного життя (залежить від економічних чинників, стосунків особи із сім'єю, організаціями, через які здійснюються соціальні зв'язки – праця, відпочинок, побут, соціальний захист тощо);

- здатність зберігати та використовувати духовність, доброту, творчість; сукупність характеристик духовного світу особистості, особистісна потреба у засвоєнні системи загальнолюдських духовних цінностей та якість мотиваційно-ціннісного ставлення до складників духовної спадщини, в основі якої лежить система цінностей, установок та мотивів поведінки індивіда в суспільстві (залежить від розкриття духовного, морального потенціалу, свідомого прагнення людини до реалізації вищих якостей особистості, прилучення до духовних цінностей);

- зв'язок здоров'я з навколишнім середовищем; зв'язок здоров'я зі способом життя людини (рівень життя, якість життя, стиль життя, режим життя, шкідливі звички здатність до повноцінного виконання основних



соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно-корисній праці; динамічна рівновага організму і його функцій та факторів навколишнього середовища; здатність організму пристосовуватися до умов існування в навколишньому середовищі, що постійно змінюється (адаптація), здатність підтримувати нормальну і різнобічну життєдіяльність та зберігання живої основи в організмі;

– система цінностей особистості педагога (провідна цінність – здоров'я та усвідомлення його соціальної й особистісної значущості), що мотивують його до здоров'язбережувальної діяльності, виявляється в інтересі і потребах педагога до формування здоров'язберігаючої компетентності.

Узагальнимо подані розгорнуті характеристики показників та представимо їх таким чином:

- місце і роль людини у вирішенні соціальних завдань;
- ступінь участі людини у вирішенні суспільних інтересів;
- життєву активність;
- раціональні соціальні домагання;
- соціальне благополуччя.

Для ефективної реалізації експериментальної роботи, кількісної та якісної оцінки динаміки змін професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти за визначеними критеріями та показниками введемо поняття *ступінь (рівень) здоров'я*.

У загальнонауковому тлумаченні *ступінь* – порядкове місце; сходинка; крок; рух, що розглядається як перехід від одного елемента до іншого, від одного рівня до іншого<sup>154</sup>.

У межах розв'язання завдань експериментальної роботи ступінь розглядаємо як інтенсивність прояву життя в нормальних умовах середовища, яке визначається тренуваністю структур клітин; прояв руху і розвитку на основі засобів

---

<sup>154</sup> *Ступінь*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Ступінь> [Дата зверн. 22.06.2016].

здоров'язбереження<sup>155</sup>.

Конкретизація поняття "ступінь" у межах актуалізованої проблеми дозволила уточнити його змістову характеристику: *ступінь здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти* розглядаємо як відповідність життєвих настанов (політика у галузі збереження здоров'я), їх домагань (мотиваційна сфера збереження здоров'я) проявам цілісності здоров'я (інтелектуальна, фізична, психічна, соціальна). У зазначеному контексті було визначеного ступені здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти: *достатній, перехідний, високий*, кожен з яких має такі загальні характеристики:

- *достатній* ступінь професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти характеризується наявною функціональною врівноваженістю організму з довкіллям з вираженням певною мірою інтелектуальним, фізичним, психічним та соціальним дисбалансом;
- *перехідний ступінь* – характеризується позитивно спрямованою функціональною врівноваженістю організму з довкіллям за наявної узгодженості станів інтелектуального, фізичного, психічного та соціального здоров'я;
- *високий ступінь* характеризується функціональною врівноваженістю організму з довкіллям за наявності стану інтелектуальної, фізичної, психічної та соціальної *комфортності*.

Конкретизація кожного із станів професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти характеризується наступними ознаками:

***Достатній ступінь*** професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти:

➤ *інтелектуальне здоров'я* – позитивно-неузгоджене ставлення до знань у галузі збереження здоров'я, що характеризується певним розумінням їх значення для задоволення власних потреб оздоровлення; володіння базовими, прикладними, технологічними знаннями у галузі збереження здоров'я на тактичному рівні для забезпечення невідкладних потреб подолання

<sup>155</sup>Івашук, Л. Ю., та Онишкевич, С. М., 2010. *Валеологія*: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, с. 51.

стресогенних факторів; відсутність чіткої здоров'язбережувальної траєкторії, розрахованої на перспективу;

➤ *фізичне здоров'я* – задовільний стан соматичного здоров'я та фізичної підготовленості, нестійка фізична працездатність та активність;

➤ *психічне здоров'я* – задовільне функціонування інтелекту, задовільне управління емоційними реакціями та поведінкою;

➤ *соціальне здоров'я* – позитивна спрямованість на виконання соціальних функцій без вияву постійної позитивної динаміки; фрагментарна проєкція потреб у здоров'язбереженні на професійну діяльність; достатньо сформована система цінностей, орієнтована на збереження здоров'я без системного включення у діяльність зі збереження особистого та професійного здоров'я.

**Перехідний ступінь** професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти:

➤ *інтелектуальне здоров'я* – свідоме емоційно-позитивне ставлення до знань у галузі збереження здоров'я, що характеризується розумінням їх значення для задоволення власних потреб оздоровлення та проєктується на професійну діяльність; володіння базовими, прикладними, технологічними знаннями у галузі збереження здоров'я на рівні середньої перспективи для забезпечення свідомого подолання стресогенних факторів; наявність програми здоров'язбереження із застосуванням стандартних форм, методів, засобів оздоровлення;

➤ *фізичне здоров'я* – задовільний стан соматичного здоров'я та фізичної підготовленості, достатньо виражена фізична працездатність та активність;

➤ *психічне здоров'я* – задовільне функціонування інтелекту, свідоме управління емоційними реакціями та поведінкою;

➤ *соціальне здоров'я* – позитивна спрямованість на виконання соціальних функцій з вираженою позитивною динамікою; свідомо проєкція потреб у здоров'язбереженні на професійну діяльність; достатньо сформована система цінностей, орієнтована на збереження здоров'я та системне включення у діяльність зі збереження особистого та професійного здоров'я.

**Високий ступінь** професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти:

➤ *інтелектуальне здоров'я* – чітко сформоване творче емоційно-позитивне ставлення до знань у галузі збереження здоров'я, що характеризується свідомим розумінням їх значення для задоволення власних потреб оздоровлення та проєктується на професійну діяльність; володіння базовими, прикладними, технологічними знаннями у галузі збереження здоров'я на рівні чітко окресленої перспективи їх практичного застосування, а також для забезпечення свідомого подолання стресогенних факторів; наявність постійно діючої програми здоров'язбереження із застосуванням нестандартних методик оздоровлення;

➤ *фізичне здоров'я* – задовільний стан соматичного здоров'я та фізичної підготовленості, високий рівень фізичної працездатності та активності;

➤ *психічне здоров'я* – високий рівень функціонування інтелекту, чітко сплановане управління емоційними реакціями та поведінкою;

➤ *соціальне здоров'я* – повноцінне та ефективне виконання соціальних функцій з постійною позитивною динамікою; свідомо, чітко виражена проєкція потреб у здоров'язбереженні на професійну діяльність; сформована цілісна система цінностей, орієнтована на збереження здоров'я та свідоме, системне включення у діяльність зі збереження особистого та професійного здоров'я.

Визначені критерії та показники стали підґрунтям для проведення експериментальної роботи та пошуку ефективних шляхів збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. Поставлене завдання реалізуємо у наступних розділах.

### ***Висновки до першого розділу***

Зважаючи на міждисциплінарний статус, багатогранність актуалізованої проблеми, окреслено методологічні засади наскрізної реалізації експериментальної роботи. Наголошено на здоров'язбережувальній спрямованості філософії, що проявляється у трьох інваріантних площинах:

правильне мислення, правильна поведінка, правильне життя; сформульовано висновок про пріоритети ціннісної мотивації здорового способу життя через його аксіологічний потенціал. Виокремлено провідні методологічні підходи, що визначають загальну стратегію наукового пошуку: системний, цілісний, синергетичний, гуманістичний, особистісний, діяльнісний. Обґрунтовано всеохоплюючий характер теорії ноосфери та концепції людського розвитку для розгляду феномену здоров'я з позицій законів Всесвіту. Підтверджено значущість валеологічного, культурологічного, феноменологічного підходів для урегулювання розуміння здоров'я як гармонії фізичного, психічного, соціального і духовного. Окреслено специфіку нормоцентричного, дискурсивного, віталістичного, професіографічного підходів до трактування ключових положень проблеми здоров'язбереження.

Осмислення проблеми здоров'язбереження крізь призму культурно-історичного досвіду людства і соціальної практики оздоровлення здійснено з позицій найбільш поширених еталонів здоров'я: *античного* (здоров'я як узгодженість внутрішнього потенціалу); *адаптаційного* (здоров'я як пристосування індивіда до навколишнього середовища); *антропоцентричного* (здоров'я як багатоаспектна самореалізація – розкриття творчого і духовного потенціалу особистості). Зазначено, що лише комплексне врахування аспектів, які визначають пріоритети кожного з виокремлених еталонів, забезпечує повноту розуміння актуалізованої проблеми та впливає на процес оздоровлення людини.

У результаті категоріально-понятійного аналізу проблеми дослідження уточнено сутність базових понять: "здоров'я", "професійне здоров'я", "педагогічні працівники закладів дошкільної освіти" "професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти".

Різні аспекти феномену здоров'я розглянуто за рядом напрямів: *філософсько-соціологічним*, що визначає його як інтегральний показник культури і соціальної політики (С. Омельченко, Л. Сущенко та ін.); *медико-біологічним*, що розглядає його як гігієнічну поведінку та базується на науково-обґрунтованих санітарно-гігієнічних нормах (М. Амосов,

Г. Царегородцев, Ю. Лісцін, Д. Ізуткін та ін.); *психолого-педагогічним*, який визначає провідну роль мотиваційно-ціннісного ставлення, свідомості, поведінки і ціннісно орієнтованої діяльності особистості для створення свого соціокультурного макро- і мікросередовища життєдіяльності (В. Бобрицька, Ю. Бойчук, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Оржеховська та ін.).

Категорії педагогічних працівників закладів дошкільної освіти визначено відповідно Закону України "Про дошкільну освіту" (2001, редакція 2021) (директори, заступники директора з навчально-виховної (виховної) роботи, вихователі-методисти, вихователі, старші вихователі, асистенти вихователів, учителі (усіх спеціальностей), учителі-дефектологи, вчителі-логопеди, практичні психологи, соціальні педагоги, інструктори з праці, інструктори з фізкультури, інструктори слухового кабінету, музичні керівники, керівники гуртків, студій, секцій, інших форм гурткової роботи та інші спеціалісти). Виділено спільні ознаки професійної діяльності, що впливають на ефективність її реалізації та якість життя загалом: ситуація постійної комунікації; інтенсивне міжособистісне спілкування з різними групами людей (діти, колеги, батьки, адміністрація та ін.); емоційні навантаження; необхідність у прийнятті рішень, пов'язаних із життям людини; персональна відповідальність за фізичне та психічне здоров'я дітей, відтворення, розвиток інтелектуального та культурного потенціалу суспільства тощо.

У контексті сучасної парадигми здоров'я окреслено змістову характеристику поняття "професійне здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти" як комплексну характеристику здоров'я у конкретних умовах професійної діяльності, що характеризується адаптацією до впливу факторів професійного середовища, забезпечується достатнім для виконання певного виду професійної діяльності функціональним резервом організму, проявляється через стан інтелектуального, фізичного, психічного, соціального і духовного благополуччя та орієнтована на організацію процесу здоров'язбереження дошкільників.

Структуру професійного здоров'я педагогічних працівників закладів

дошкільної освіти представлено в дослідженні у сукупності кількох компонентів: *інтелектуальне* (стан інтелектуальної сфери, який актуалізує мотиви, знання, уміння щодо здоров'язбереження) *фізичне* (стан розвитку органів та систем організму, основу якого становлять морфологічні та функціональні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції); *психічне* (стан психічної та емоційної сфери, основу якого становить загальний душевний комфорт, що забезпечує адекватну поведінкову реакцію); *духовне* (сукупність характеристик духовного світу особистості, особистісна потреба у засвоєнні системи загальнолюдських духовних цінностей, мотиваційно-ціннісне ставлення до складників духовної спадщини), *соціальне* (характер взаємовідносин із соціумом, основу якого становлять цінності та мотиви поведінки індивіда, рівень розвитку економічної, політичної, соціальної, духовної сфер життя) здоров'я.

Представлено авторську критеріально-показникову систему експериментальної роботи. Обґрунтовано базовий критерій оцінки досліджуваного явища – *стан* професійного здоров'я як узагальнену характеристику регуляторних властивостей організму людини, що забезпечують реалізацію нею професійної діяльності. Схарактеризовано поняття "ступінь збалансованості" (достатній, перехідний, високий) як характеристику оцінки досконалості професійного здоров'я на основі виокремлених показників (стан інтелектуального, фізичного, психічного та соціального здоров'я).

Доведено необхідність упровадження здоров'язбережувальних заходів для збереження та зміцнення професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти як пріоритетного напрямку державної політики у галузі охорони здоров'я.

Викладені в розділі теоретичні узагальнення та авторські наукові висновки представлено в таких наукових публікаціях: [1; 2; 3; 11].

## **РОЗДІЛ 2. РОЗРОБКА МОДЕЛІ СИСТЕМНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ МЕТОДИЧНОЇ РОБОТИ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПЛОЩИНІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

### ***2.1. Системна характеристика методичної роботи закладів дошкільної освіти у контексті збереження професійного здоров'я педагогічних працівників***

Узагальнення попередньо отриманих результатів наукового пошуку показало, що в сучасних соціально-економічних умовах стан професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти залишається однією з найбільш гострих медико-соціальних, психологічних, педагогічних проблем. Їх багатофункціональна діяльність, стресогенні фактори та впливи знижують професійну мобільність, працездатність, стійкість організму до несприятливих чинників, опірність шкідливим впливам, сприяють швидкій втомлюваності, професійному вигоранню.

У контексті дослідження проблеми професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти саме поняття "здоров'я" задає спрямованість на його збереження, зміцнення і формування. Беручи до уваги визначення здоров'я та його складових, проаналізуємо трактування виділених понять ("збереження", "зміцнення", "формування") як підґрунтя для розробки системи оздоровчих заходів у інтерпретації "Великого тлумачного словника сучасної української мови" (В. Бусел, 2003).

Так, термін "збереження" розглядається у довідниковому виданні, як похідне від слова "зберігати" й означає *дію* та *стан*: "1) оберігаючи, тримати цілим, не давати пропасти, зникнути; дбаючи, тримати що-небудь у доброму стані, намагатися залишити незмінним; 2) тримати що-небудь у певних умовах, оберігаючи від псування, руйнування; оберігати, захищати від чого-небудь згубного; 3) дбайливо ставитися до чого-небудь, не розтрачувати



чогось; продовжувати залишатися в якому-небудь стані, не втрачати якихось ознак, властивостей, якостей"<sup>156</sup>.

Від "зміцнювати" походить термін "зміцнення" та означає дію за значенням його дієслова: "1) робити міцнішим, стійкішим; укріплювати; робити що-небудь надійнішим, більш сталим, постійним; 2) загартовувати кого-, що-небудь; робити стійкішим, здоровішим, витривалішим; робити духовно, морально сильнішим, міцнішим"<sup>157</sup>.

"Формування", як і попередні терміни, пов'язане з відповідними дієсловами ("формувати" і "формуватися") та відповідає їх значенням за відповідною дією: "1) надавати чому-небудь певної форми, вигляду тощо; 2) виробляти в кому-небудь певні якості, риси характеру і т. ін; 3) надавати чому-небудь завершеності, визначеності; 4) визначати, встановлювати, намічати що-небудь"<sup>158</sup>. У педагогіці він означає спрямований розвиток особистості або яких-небудь її сторін, якостей під впливом виховання і навчання"<sup>159</sup>.

Такі характеристики виділених понять дають можливість зробити висновок про те, що робота зі здоров'язбереження педагогічних працівників має реалізовуватися в трьох взаємопов'язаних площинах: збереження, зміцнення та формування. Зважаючи на сформульовану тему дослідження, зосередимо увагу на складовій здоров'язбереження (*дбайливе ставлення*) як певного підґрунтя для поетапного впровадження оздоровчих заходів, спрямованих у кінцевому результаті на *зміцнення (ставати міцнішим, стійкішим до негативних чинників середовища/довкілля завдяки дбайливому ставленню)* та *формування (спрямувати до подальшого розвитку на основі дбайливого ставлення)* професійного здоров'я<sup>160</sup>.

Л. Романенко та К. Романенко роблять висновок про те, що "збереження

<sup>156</sup>Бусел, В. Т., ред., 2003. *Великий тлумачний словник сучасної української мови*. Київ, Ірпінь: Перун, с. 257.

<sup>157</sup>У тому ж джерелі, с. 374.

<sup>158</sup>У тому ж джерелі, с. 1329.

<sup>159</sup> Підласий, І. П., 2013. Педагогіка. *Теоретична педагогіка*, [online]. Режим доступу: [https://stud.com.ua/17953/pedagogika/rozvitok\\_formuvannya](https://stud.com.ua/17953/pedagogika/rozvitok_formuvannya) [Дата зверн. 17.05.2016].

<sup>160</sup>Таймасов, Ю. С., Турчинов, А. С., та Пашинський, П. П., 2017. Здоров'язбереження як об'єкт наукового пізнання. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 220.

здоров'я можна розглядати як умову для досягнення мети освіти" (в нашому випадку – дошкільної освіти) загалом, так і власне педагогічної діяльності з позиції власного оздоровлення та оздоровлення вихованців з урахуванням того, що "здоров'я не може бути сталим впродовж усього життя людини, бо паралельно з розвитком організму змінюється (поліпшується або погіршується) й стан фізичного, психічного та соціального благополуччя людини"<sup>161; 162</sup>.

Збереження здоров'я як "якісну характеристику будь-якої педагогічної освітньої технології" пропонує розглядати О. Коточигова, Т. Кисельова та М. Терещук. Автори наголошують на необхідності узгодження методології професійно-педагогічної діяльності та завдань збереження, зміцнення та формування здоров'я суб'єктів навчально-виховного процесу і можливостей їх досягнення у межах запропонованої технології (*методики, програми – від автора*)<sup>163; 164</sup>.

Важливим висновком авторів, що є суголосним із поставленим завданнями наукового пошуку збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, є необхідність визначення та обґрунтування шляхів здоров'язбереження.

Системне розв'язання поставленого завдання потребує його системної реалізації, що для педагогів-практиків можливо в умовах підвищення кваліфікації, якою може бути системно організована методична робота<sup>165</sup>.

На основі загальної характеристики, окреслення особливостей методичної роботи закладів дошкільної освіти, визначимо її потенціал у питаннях збереження та

<sup>161</sup>Романенко, Л. В., та Романенко, К. А., 2017. Технологічні особливості процесу формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів початкової школи. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. Монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 373–374.

<sup>162</sup>Гаркави, Л. Х., 1996. Понятие здоровья с позиции теории неспецифических адаптационных реакций организма. *Валеология*. Москва, № 2, с. 15–20.

<sup>163</sup>Коточигова, Е. В., Киселева, Т. Г., и Терещук, М. Н. *Активизация педагогического мышления как основа реализации здоровьесберегающих технологий в ДОУ и начальной школе*, [online]. Режим доступа: [http://www.iro.yar.ru:8101/%20resource/distant/preschool\\_education/health/health1](http://www.iro.yar.ru:8101/%20resource/distant/preschool_education/health/health1) [Дата зверн. 16.07.2016].

<sup>164</sup>Коцур, Н. І., та Товкун, Л. П., 2017. Формування здоров'язберезувальної компетентності в майбутніх педагогів у процесі професійної підготовки. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 446.

<sup>165</sup>Вакуленко, О. В., 2017. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 301.

примноження професійного здоров'я педагогічних працівників.

Питання розробки та реалізації в практичну площину системи освіти здоров'язбережувальних заходів активно вивчаються О. Аксьоновою, Т. Андрющенко, Т. Бережною, В. Бобрицькою, Т. Бойченко, Ю. Бойчук, Е. Булич, О. Ващенко, І. Волковою, М. Гончаренко, М. Гриньовою, Г. Мешко, Н. Миськовою, О. Міхеєнко, В. Оржеховською, С. Свириденко та ін.

Загальні теоретичні аспекти методичної роботи в закладах освіти різного рівня висвітлено в працях І. Жерносека, В. Колібабчука, С. Майданенко, В. Павленко та ін. Особливу увагу науковці і практики приділяють вивченню генези організації методичної роботи у вітчизняній освіті (В. Дородних, А. Єрмола, Л. Калініна, Г. Литвиненко, Ю. Сирова, Т. Ткачева та ін.), розробці змісту, форм методичної роботи, обґрунтуванню особливостей її організації у сучасних закладах дошкільної освіти (Г. Беленька, К. Біла, О. Долинна, І. Жерносек, О. Корнеєва, В. Крижко, К. Крутій, А. Морозова, Н. Омеляненко, Н. Савінова, В. Семізорова, Л. Швайка, О. Янко та ін.).

Дамо розгорнуту характеристику методичної роботи закладу дошкільної освіти у контексті базових завдань дослідження.

У цілому, методичну роботу розглядають як колективну та індивідуальну діяльність педагогічних кадрів, спрямовану на вдосконалення їх кваліфікації, компетентності та професійної майстерності<sup>166</sup>.

Як зазначає Т. Шинкар, методична робота є багатоаспектним поняттям і у закладі дошкільної освіти передбачає виконання низки важливих *завдань*: систематичне вивчення стану освітнього процесу, професійної компетентності педагогів, динаміки змін у розвитку здобувачів дошкільної освіти; консультування та допомога педагогам щодо планування освітнього процесу з дітьми; організація співпраці з батьками; моделювання змісту, форм та методів освітнього процесу; підвищення педагогічної майстерності та вдосконалення професійної компетентності педагогів; вивчення, узагальнення

---

<sup>166</sup>Федорович, А., 2017. Методична робота як засіб підвищення професійної компетентності вихователів дітей дошкільного віку. *Молодь і ринок*, № 11(154), с. 107.

та поширення перспективного педагогічного досвіду; створення сприятливого психологічного клімату в педагогічному колективі; добір та опрацювання методичної, наукової літератури та надання рекомендацій щодо її впровадження в освітній процес закладу дошкільної освіти тощо. Тому питання нормативно-правового забезпечення виступає першочерговим в організації методичної роботи в закладі дошкільної освіти<sup>167</sup>.

Методична робота закладу дошкільної освіти, як зазначає Л. Швайка, має *комплексний та системний характер*<sup>168</sup>, що чітко окреслений законодавчими, нормативними та відомчими документами (закони України "Про освіту"(2017, редакція 2021), "Про дошкільну освіту" (2001, редакція 2021), Базовий компонент дошкільної освіти та ін.), які регламентують процес організації методичної роботи в закладах дошкільної освіти.

У сучасній теорії пізнання поняття "система" є загальнометодологічним. Ґрунтовний аналіз цілого ряду означень поняття "система" зроблений В. Н. Садовським. У роботах філософів І. В. Блауберга, А. І. Уємова, Б. С. Українцева, Е. Г. Юдіна та ін. глибоко проаналізовано різноманітні визначення поняття "система", специфіка системного дослідження і вимоги, яким це дослідження має відповідати; представлений поняттєвий апарат щодо визначеної проблеми. Цілий ряд дослідників визначають *систему як цілеспрямовану множину взаємопов'язаних елементів будь-якої природи*. Згідно з цим визначенням система функціонує для досягнення певної мети. Це визначення є достатньо коректним для соціологічних і технічних систем, але не задовольняє характеристику систем навколишнього середовища (наприклад, біологічних), мета функціонування яких не завжди відома<sup>169</sup>.

На сучасному етапі розвитку науки з позиції загальної теорії систем поняття "система" розглядається як "множина взаємопов'язаних елементів, що

<sup>167</sup>Шинкар, Т., 2020. Методична робота в закладах дошкільної освіти: нормативно-правові аспекти. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*, том 4, № 28, с. 252-257.

<sup>168</sup>Швайка, Л. А., 2010. *Методична робота в ДНЗ*. Харків: Основа, с. 54.

<sup>169</sup>Томашевський, В. М., 2005. *Моделювання систем*. Київ: Видавнича група BVH, с. 16.

утворюють цілісність, стійку єдність із середовищем, якому притаманні інтегральні властивості й закономірності"<sup>170</sup>. Таким чином, як зазначає В. М. Томашевський, система – це щось більше, ніж сукупність елементів. Аналізуючи систему, необхідно враховувати оцінку системного (синергетичного) ефекту. Властивості системи відмінні від властивостей її елементів, і залежно від властивостей, якими цікавляться дослідники, та ж сама сукупність елементів може бути системою або ні<sup>171</sup>.

Ведучи розмову про системність методичної роботи закладу дошкільної освіти, визначаємо завданням виділити її базові системотвірні компоненти та взаємозв'язки між ними. Відповідно до системного підходу, "заклад розглядається як цілісна система, що складається із взаємопов'язаних частин, кожна з яких вносить свій вклад у характеристику всієї системи"<sup>172</sup>.

Цікавою у межах розгляду системної характеристики методичної роботи є структурно-функціональна модель системи науково-методичної роботи в дошкільному навчальному закладі, представлена З. Гирич та В. Прасол. Автори подають такі її компоненти: "педагогічна рада, адміністративний орган управління (завідувач ДНЗ); відділення (за спеціальностями), предметні комісії; методичний кабінет, атестаційні комісії, тимчасові комісії з питань організації науково-методичної роботи, а також нами введено такі необхідні компоненти системи науково-методичної роботи, як науково-методичний центр, інформаційно-аналітичний та координаційний відділи, експертні групи, підсистема "Традиційні та інноваційні форми організації науково-методичної роботи"<sup>173</sup>.

У науковій роботі вважаємо доцільним розширити представлену системну характеристику ланками, що відповідають за наукове забезпечення системи дошкільної освіти, надаючи тим самим системі *наскрізного характеру*.

<sup>170</sup>Лившиц, В. Н., Лившиц, С. В., Тищенко, Т. И., и Фролова, М. П., 2012. Основы системного мышления и системного анализа. *Системные исследования. Методологические проблемы*. Москва: ЛЕНАНД, вып. 36, с. 9.

<sup>171</sup>Томашевський, В. М., 2005. *Моделювання систем*. Київ: Видавнича група BVH, с. 16.

<sup>172</sup>Гирич, З., та Прасол, В., 2010. Структурно-функціональна модель системи науковометодичної роботи в дошкільному навчальному закладі. *Освітні технології. Теорія і практика управління соціальними системами*, с. 123–131.

<sup>173</sup>У тому ж джерелі, с. 123–131.

Так, регламент організації методичної роботи закладу дошкільної освіти визначається Законом України "Про освіту" (2017, редакція 2021), де кожному закладу освіти надається організаційна, кадрова, академічна автономія. Відповідальність за реалізацію методичної роботи, як і за процес та результат освітнього процесу закладу дошкільної освіти, несе педагогічний колектив, а особливо директор та вихователь-методист<sup>174</sup>. Загальні завдання науково-методичного забезпечення системи дошкільної освіти окреслено у Законі України "Про дошкільну освіту"(2001, редакція 2021). Найважливішими з них є:

"...– розроблення та впровадження програмно-методичної бази дошкільної освіти;

– створення освітніх програм, навчально-методичних та навчально-наочних посібників;

– узагальнення та поширення передового педагогічного досвіду;

– організація співпраці з іншими навчальними закладами для підвищення ефективності програмно-методичного забезпечення;

– аналіз стану освітньої роботи й рівня розвитку дитини відповідно до завдань дошкільної освіти, Базового компонента дошкільної освіти;

– підготовка, перепідготовка та підвищення кваліфікації педагогічних працівників системи дошкільної освіти;

– пропаганда просвітницької діяльності в засобах масової інформації"<sup>175</sup>.

Реалізація наукового пошуку у межах актуалізованої проблеми ґрунтується на позиції "підготовка, перепідготовка та підвищення кваліфікації педагогічних працівників системи дошкільної освіти" та уможливорює просвітницьку та профілактичну роботу у галузі збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.

Статус *системи* науково-методичній роботі надають положення Статті 25 відповідного закону, де зазначено, що "науково-методичне забезпечення

<sup>174</sup>Законодавство України, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> [Дата зверн. 18.04.2017].

<sup>175</sup>Законодавство України, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/2628-14> [Дата зверн. 18.04.2017].

системи дошкільної освіти здійснюють:

- центральний орган виконавчої влади, що реалізує державну політику у сфері освіти, підпорядковані йому науково-методичні установи та вищі педагогічні навчальні заклади, а також науково-дослідні установи Національної академії педагогічних наук України та Національної академії наук України;
- Центральний інститут післядипломної педагогічної освіти Національної академії педагогічних наук України;
- методичні кабінети (центри) та інші науково-методичні установи, що підпорядковані місцевим органам управління освітою"<sup>176</sup>.

Зважаючи на завдання дослідження, звертаємо увагу на специфіку діяльності *методичного кабінету (центру) від органів місцевого управління освітою*, яка, відповідно до державних регламентуючих документів, "спрямована на науково-методичне забезпечення системи загальної середньої та дошкільної освіти, організація науково-методичної роботи, підвищення кваліфікації, професійного рівня педагогічних працівників загальноосвітніх, дошкільних і позашкільних навчальних закладів (далі – навчальні заклади) і розвиток їхньої творчої ініціативи у міжкурсовий період"<sup>177</sup>.

Так, активними ланками у структурі методичної роботи є районні та міські методичні об'єднання педагогічних працівників: вихователів, музичних керівників, практичних психологів, дефектологів, методистів, завідувачів. За наслідками роботи методичних об'єднань приймаються рекомендації, узагальнюється інформація про передовий педагогічний досвід (інформаційні картки, адреси передового педагогічного досвіду) і доводяться до колективів ДНЗ з метою впровадження в навчально-виховні процеси<sup>178</sup>.

Важлива роль в системі методичної роботи відводиться *курсам підвищення кваліфікації*, які працюють, наприклад, на базі інститутів *підвищення кваліфікації педагогічних кадрів*.

<sup>176</sup>Законодавство України, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/2628-14> [Дата зверн. 18.04.2017].

<sup>177</sup>Положення про районний (міський) методичний кабінет (центр), [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1239-08#Text> [Дата зверн. 17.05.2016].

<sup>178</sup>Швайка, Л. А., ред., 2007. Методична робота в ДНЗ. Харків: Основа, с. 74.

Особливої уваги у контексті характеристики системної організації методичної роботи закладу дошкільної освіти потребує характеристика загальних форм її реалізації на місцях, серед яких: *колективні, групові, індивідуальні*.

Так, Л. Швайка наголошує на функціональному призначенні *колективних форм* науково-методичної у контексті "сприяння виробленню єдиної педагогічної позиції і підходів до важливих педагогічних проблем за умови постійного складу педагогів, плановості та періодичності роботи" (педагогічні ради, педагогічні читання, науково-практичні конференції, семінари, виставки тощо).

На думку автора, *групові форми* виконують роль об'єднань педагогів за інтересами, конкретною мікропроблемою чи напрямом, що "максимально враховують потреби, інтереси, компетентність і рівень фахової підготовки з проблем дошкільного виховання" (методичні об'єднання, школи передового досвіду, школи молодого вихователя, наставництво, ініціативні групи та ін.).

Використання *індивідуальних форм* забезпечує методичне самовдосконалення, сприяє підвищенню культурно-професійного рівня вихователя (самоосвіта, стажування, консультації тощо)<sup>179</sup>. Розглянемо їх характеристику більш детально.

Колективним органом управління освітнім процесом безпосередньо у дошкільному навчальному закладі є *педагогічна рада*. Саме вона в структурі методичної роботи "реалізує функції управління, здійснює взаємозв'язки, аналізує і визначає ефективність науково-методичної роботи та шляхи її подальшого вдосконалення, упровадження в практику роботи сучасних досягнень науки і перспективного педагогічного досвіду, підвищення кваліфікації педагогів тощо".

Головним в ефективному та успішному управлінні системою науково-методичної роботи дошкільного закладу є професіоналізм і компетентність його керівника – *завідувача* (адміністративний орган управління). Саме його вміння здійснювати аналітичну роботу, планувати, визначати перспективні завдання та цілі розвитку закладу, формувати й підтримувати соціально-

---

<sup>179</sup>Швайка, Л. А., ред., 2007. Методична робота в ДНЗ. Харків: Основа, с. 75.



педагогічний клімат у колективі, вивчати та впроваджувати інновації, контролювати виконання рішень, своєчасно корегувати науковометодичну роботу сприяють успішному розвитку педагогічного колективу та досягненню достатнього рівня здійснення науково-методичної роботи.

Створення *методичних служб* у закладах дошкільної освіти (методичного кабінету, Науково-методичного центру) передбачає надання методичної допомоги педагогічним працівникам безпосередньо у закладі дошкільної освіти, поширення психолого-педагогічних знань серед батьків щодо розвитку, виховання та навчання дітей дошкільного віку.

*Метою роботи методичного кабінету* визначають: "спрямованість на професійний розвиток, підвищення кваліфікації, професійної компетентності педагогічних працівників; підготовка та проведення освітнього процесу з дітьми, роботи з батьками вихованців; навчально-методичне забезпечення освітнього процесу в закладі дошкільної освіти; поширення серед батьків психолого-педагогічних знань; створення сприятливих умов для самовдосконалення педагогів, розвитку творчої ініціативи у них; забезпечення методичної підтримки щодо реалізації педагогічних ініціатив та апробації навчальної літератури, методичних розробок тощо"<sup>180</sup>.

Конкретизація мети забезпечується комплексом *завдань*. У цьому контексті С. Івах та Т. Пантук виокремлюють завдання організації методичної роботи з дошкільними педагогами: "підвищення рівня педагогічних знань, педагогічної майстерності, зокрема й педагогічної техніки; вивчення та використання у своїй професійній діяльності сучасних педагогічних технологій, методик, прийомів і способів успішного навчання й виховання; формування потреби, інтересу та вміння займатися творчою діяльністю; створення умов і спонукання до самоосвіти; формування стійких професійних цінностей і поглядів; вивчення та практичне використання сучасних способів діагностування успішності розвитку та виховання дошкільників; практичне використання сучасних методик виховання; підтримка

<sup>180</sup>Міністерство освіти і науки України, [online]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-primirnogo-polozhennya-pro-metodichnij-kabinet-zakladu-doshkilnoi-osviti> [Дата зверн. 22.08.2016].

педагогів, що розробляють авторські програми, посібники; організація інформаційного забезпечення педагогів; запровадження у практику роботи педагогів основ наукової організації праці"<sup>181</sup>.

Відповідно до Положення, діяльність методичного кабінету ґрунтується на *принципах* демократизму і гуманізму, відкритості, системного підходу до методичного та інформаційно-аналітичного супроводу діяльності закладу дошкільної освіти, рівності умов для кожного педагогічного працівника щодо повної реалізації його духовного, творчого та інтелектуального потенціалу; безперервності професійного вдосконалення; науковості, гнучкості та прогностичності методичної роботи з педагогічними кадрами.

Досліджуючи проблему ефективності застосування принципів організації методичної роботи в освітньому закладі, Н. Корогод за спрямованістю виділяє принципи "*формувальні та реалізуючі*". *Формувальні принципи* (всебічність, комплексність, цілісність, максимальна визначеність, актуальність, єдність, науковість та доступність), на її думку, визначають зміст методичної роботи. *Реалізуючі* (практична спрямованість, гуманізація, гуманітаризація, демократизація, систематичність, послідовність, наступність, перспективність, співробітництво, індивідуалізація та диференціація, оперативність, гнучкість, мобільність, системність, колективний характер) – забезпечують вибір шляхів забезпечення якості результатів такої роботи<sup>182</sup>.

*Функції методичного кабінету* полягають у: врахуванні можливостей розвитку дошкільної освіти та особливостей діяльності закладу дошкільної освіти; використанні сучасних наукових досягнень; інформуванні педагогів про інновації в галузі дошкільної освіти та використання їх у практичній діяльності; розробленні методичних рекомендацій, зразків дидактичних посібників дидактичних ігор та вправ; наданні консультацій та практичної допомоги педагогам і батькам дітей дошкільного віку; моніторингу освітнього

<sup>181</sup>Івах, С., та Пантюк, Т., 2013. *Управління в системі дошкільної освіти*: навчально-методичний посібник. Дрогобич: Ред. вид. відділ ДДПУ імені Івана Франка, с. 57–58.

<sup>182</sup>Корогод, Н. П., 2005. Управління як необхідна умова вдосконалення науково-методичної роботи в навчальних закладах. *Рідна школа*, № 4, с. 45.

процесу, динаміки змін у розвитку дітей, професійної компетентності педагогічних працівників; моделюванні змісту, форм і методів підвищення фахової кваліфікації педагогів; виявленні, вивченні, узагальненні та поширенні перспективного педагогічного досвіду; створенні позитивного психологічного клімату в закладі дошкільної освіти тощо.

*Наповнюваність* методичного кабінету повинна відповідати вимогам: інформативності та змістовності; доступності; сучасності; естетичності; задовольняти потреби педагогів у саморозвитку і самовдосконаленні. У методичному кабінеті має бути створено електронний інформаційний банк.

Структура методичної роботи (служби) може бути різною залежно від типу закладу дошкільної освіти. Наприклад, у малокомплектному закладі дошкільної освіти, де посада вихователя-методиста не передбачена, створює методичний кабінет і здійснює керівництво методичною роботою сам завідувач закладу. З іншого боку, у чисельному дошкільному закладі структура методичної роботи може розширюватися, додатково включаючи науково-методичний центр, інформаційно-аналітичний та координаційний відділи, експертні групи, творчі групи, творчі лабораторії тощо.

Так, останнім часом спостерігається поступова трансформація методкабінетів дошкільного закладу в науково-методичні, інформаційно-методичні центри, здатні на належному науково-методичному та організаційному рівні вирішувати складні сучасні проблеми реформування національної системи освіти, успішно реалізувати державні програми в освітній галузі, підвищувати кваліфікацію педагогічних працівників, вести під керівництвом обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти наукові пошуки та експериментальні дослідження.

Діяльність методичного кабінету організовує і скеровує *вихователь-методист* закладу дошкільної освіти, який здійснює роботу за такими напрямками: організація методичних об'єднань (самоосвіта, курсова перепідготовка, методичні тижні, атестація, участь у семінарах, участь у роботі творчих груп); робота методичного кабінету (інформування, методичні бюлетені,

методичні оперативки, обмін досвідом, семінари, педагогічні читання, конференції, виставка науково-методичної літератури, тематичні виставки, тематичні дні книг, педагогічні читання); робота творчих мікрогруп (вивчення нових педагогічних ідей, участь у семінарах); апробація нових форм і методів навчання (аукціон педагогічних ідей, організація конференцій).

Необхідність коригування методичної роботи визначає потребу у створенні спеціального відділу (або сектору) – координаційний відділ, у функціональні завдання якого входить узгодження дій педагогічних працівників, що працюють у різних підрозділах і безпосередньо один з одним не пов'язані.

До координаційного відділу, як правило, входять, як окремі педагогічні працівники, так і вихователь-методист, завідувач. Методист виступає у ролі координатора науково-методичної роботи дошкільного закладу, здійснює управління роботою тимчасової комісії, атестаційної комісії, експертної групи, а також відділеннями (за спеціальностями), предметними комісіями.

Важливо наголосити, що тимчасові комісії виконують направляючу роль у визначенні загальної стратегії реалізації методичної роботи всім педагогічним колективом закладу дошкільної освіти, розробляють та здійснюють апробацію практико орієнтованих рекомендацій досягнення спільного результату.

Одним з важливих напрямів діяльності координаційного відділу є робота з тимчасовими комісіями з питань методичної роботи, до яких входять і *творчі групи*.

*Творча група* педагогів дошкільних навчальних закладів традиційно є однією з найбільш поширених форм організації НМР. Зміст їх діяльності включає розробку навчальних планів і програм, встановлення міжпредметних зав'язків, обговорення відкритих занять і окремих методичних питань. Разом з тим відомо, що робота творчих груп, спрямованих на вирішення складних проблемних питань науково-методичної роботи, є інноваційною формою її організації.

Саме тому для цілеспрямованості дій підвищення результативності роботи творчих груп із числа висококваліфікованих педагогічних працівників

призначається фахівець-координатор. Це пов'язано з тим, що до складу творчих груп можуть входити педагогічні працівники і спеціалісти з різних структурних підрозділів, що будуть працювати над визначеною проблемою певний час. Робота творчих груп – це невеличка науково-дослідницька лабораторія, що розробляє і досліджує окремі проекти.

Необхідно зазначити, що творча група не дублює роботу дошкільного методичного кабінету чи методичного об'єднання, які сприяють підвищенню кваліфікації педагогічних кадрів за всіма напрямками. Творча група зосереджується на глибокому і всебічному випереджальному вивченні досягнень педагогічної науки з однієї науково-педагогічної проблеми і стає провідником її впровадження у практику. Робота творчої групи над однією якоюсь проблемою дає змогу її членам поглиблено вивчати рекомендації педагогічної науки, апробувати їх, вносити необхідні корективи, створювати досвід їх реалізації, цілеспрямовано впливати на навчально-виховний процес.

Творча група створюється на добровільних засадах з найбільш досвідчених і теоретично підготовлених педагогів, які виявили інтерес і бажання вести роботу над відповідною науково-педагогічною проблемою. Виправдовує себе й невеликий склад творчої групи (3-9 осіб), оскільки при цьому необхідно забезпечити контактність, постійний обмін думками, мобільність її учасників. Керівництво творчою групою в дошкільному закладі здійснює вихователь-методист.

Отож, *завдання методичної служби (вихователя-методиста)* полягають у тому, щоб побачити й допомогти розвинути ініціативам вихователів, знайти механізми реалізації їхнього педагогічного потенціалу, надати конкретну, своєчасну практичну допомогу кожному, забезпечити цілісний методичний супровід освітнього процесу в конкретному закладі.

Варто зазначити, що, скеровуючи роботу вихователів, музкерівників, інструкторів з фізичного виховання, психологів, методичний кабінет використовує ряд *конкретних форм методичної роботи*, серед яких: професійні конкурси; огляди-конкурси; педагогічні виставки; виставки-

презентації; креативні виставки; панорами методичних заходів; проектна діяльність; презентації ідей; творчі звіти педагогів; майстер-класи; тематичні акції; випуск педагогічних порадників для батьків; створення мультимедійних презентацій.

Очікуваними *результатами* методичної роботи є формування професійної компетентності кожного вихователя та згуртованості педагогічного колективу одноступінців задля ефективної педагогічної діяльності.

Узагальнюючи висновки А. Богомаз, І. Вдовиченко, Н. Корогод, Т. Пантюк та ін., визначаємо такі системотвірні ланки (компоненти) методичної роботи дошкільного закладу освіти:

- *керуючі: зовнішнього управління* – центри професійного розвитку, інститути післядипломної педагогічної освіти; *внутрішнього управління* – педагогічна рада, адміністративний орган управління (директор ЗДО), методичний кабінет/науково-методичний центр/інформаційно-аналітичний та координаційний відділи, науково-методична рада);
- *керовані* (вихователь-методист, відділення/об'єднання за спеціальностями, предметні комісії, творчі групи, творчі лабораторії, тимчасові комісії з питань методичної роботи, експертні групи, атестаційна комісія). Схематично система методичної роботи закладу дошкільної освіти подана на рисунку 2.1.

Погоджуючись із висновками І. Удовиченко, констатуємо: усі складові частини системи методичної роботи пов'язані й виконують особливі функції: планування (визначення системи заходів, що забезпечать досягнення найкращих результатів); організації (удосконалення структури методичної роботи, діяльності, змісту різних її складових); діагностування (вивчення ступеня розриву між реальним рівнем компетентності педагогів, що виявляється в узагальненому результаті їх праці та вимогами суспільства до якості діяльності вихователів в умовах реформування дошкільної освіти); прогностичності (визначення знань та умінь, необхідних педагогам у майбутньому); моделювання (розробка принципово нових положень навчально-виховної роботи, формування та впровадження моделей перспективного

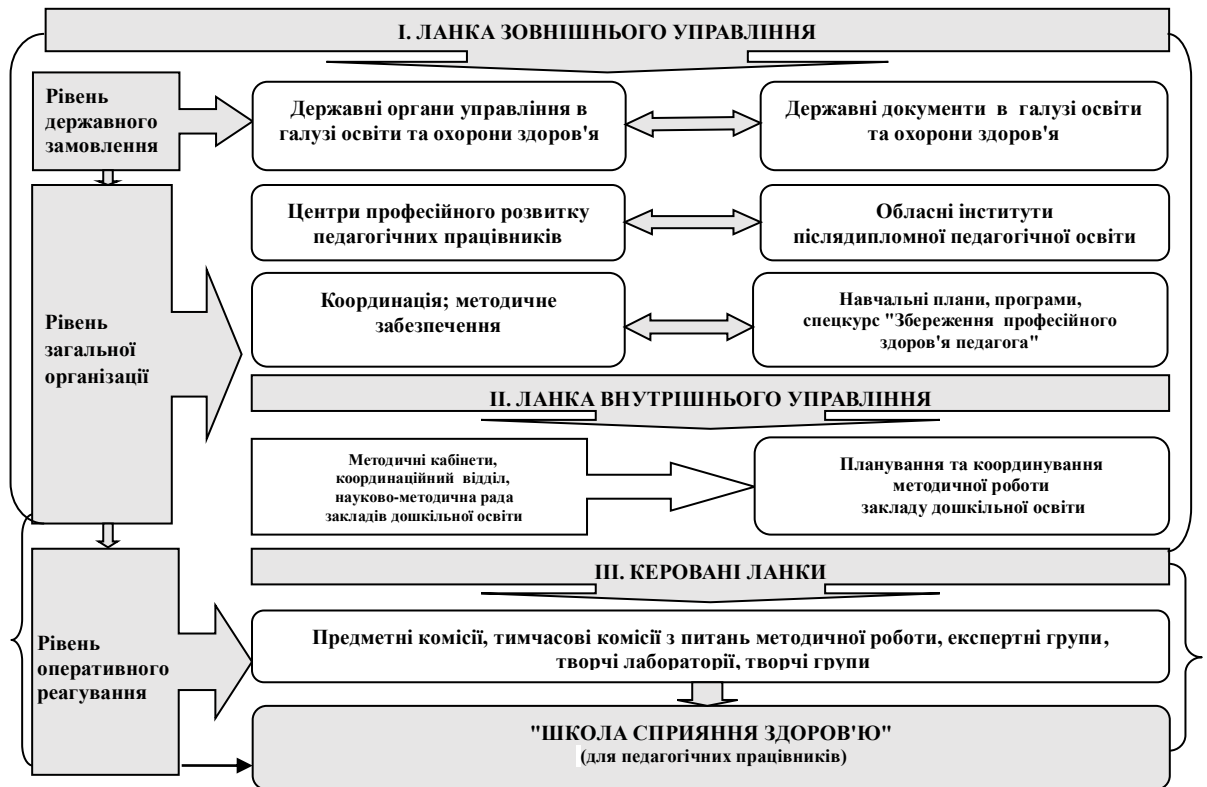


Рис.2.1. Система методичної роботи закладу дошкільної освіти

педагогічного досвіду, їх експериментальна перевірка задля використання у майбутньому); інформування (своєчасне ознайомлення з новинками педагогіки, методики, дидактики тощо); відновлення (відтворення забутих або втрачених знань після закінчення вищого педагогічного навчального закладу); контролю (оцінка відповідності наслідків методичної роботи плановим завданням та нормативним вимогам); корегування (виправлення недоліків, пов'язаних із використанням застарілих методик, що не відповідають вимогам сучасності); пропаганди (інформування вихователів, їх агітація щодо впровадження в практику роботи досягнень науки, перспективного педагогічного досвіду)<sup>183</sup>.

Якість виконання однієї функції позначається на ступені успішності реалізації інших. Усі вони спрямовані на збагачення знань дошкільних педагогів; розвиток світогляду, ціннісних орієнтирів, мотивів творчої діяльності; формування стійких моральних якостей; розвиток сучасного стилю педагогічного мислення, педагогічної техніки, емоційно-вольової саморегуляції педагогічних працівників.

<sup>183</sup>Удовиченко, І. В. Роль методичної роботи в підвищенні професійної підготовки вчителя, [online]. Режим доступу: [www.soippo.edu.ua/userfiles/поль%20методичної%20роботи.docR](http://www.soippo.edu.ua/userfiles/поль%20методичної%20роботи.docR) . [Дата зверн. 25.07.2018].

Розв'язання завдань збереження професійного здоров'я педагогічних кадрів потребує створення на базі методичних кабінетів оптимальної системи методичних заходів і забезпечення умов для вільного вибору ними тих форм підвищення кваліфікації, які максимально враховують їх потреби, запити та інтереси, забезпечують орієнтацію на здоровий спосіб життя<sup>184</sup>.

У зазначеному контексті виникає потреба *зміни підходів* до організації методичної роботи загалом й організації науково-методичного супроводу професійної діяльності педагогічних кадрів зокрема. З урахуванням попередньо сформульованих висновків, ефективним шляхом концептуального оновлення організації методичної роботи у закладах дошкільної освіти пропонуємо обрати *рекреалогічний підхід*, характеристику та ефективність його використання для реалізації завдань здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти обґрунтуємо нижче.

## ***2.2. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти***

Як зазначалося вище, здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є необхідною умовою успішної професійної діяльності, його самореалізації, творчого кар'єрного зростання. Стан їх професійного здоров'я позначається на результатах всієї освітньої діяльності, впливає на стабільність результатів праці, забезпечує високий рівень професіоналізму, визначає самоєфективність особистості. Важливим у межах актуалізованої проблеми є те, що від здоров'я педагогічних працівників значною мірою залежить стан здоров'я дошкільників/вихованців, їх соціально-психологічне благополуччя, рівень "життєстійкості".

Попередньо обґрунтовано, що важливою умовою збереження і підтримки здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є безпосереднє розв'язання визначеного завдання шляхом включення їх у системно

---

<sup>184</sup>Могильний, Ф. В., 2017. Модель формування здорового способу життя. . *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 320.



організовану методичну роботу. Як правило, адміністрація закладу, в першу чергу, звертає увагу на поліпшення санітарно-гігієнічних умов виробничого середовища (ліквідація забруднення повітря, шуму, нормалізація мікроклімату, раціональне освітлення тощо). Оптимізація методичної роботи у розв'язанні питань відновлення професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти передбачає оновлення її змісту: обговорюють питання професійного відбору, організації робочого місця, правильного робочого положення, ритму роботи, раціоналізації трудового процесу, використання емоційних стимулів, впровадження раціональних режимів праці і відпочинку тощо<sup>185</sup>. Це питання більш детально розглянемо у ході розробки моделі (п. 2.3).

Важливим, на нашу думку, є оптимізація не тільки і не стільки змісту методичної роботи, скільки оновлення *підходів до її реалізації*. У зазначеному контексті цікавим у межах поставлених у дослідженні завдань гармонізації складових професійного здоров'я (інтелектуальної, фізичної, соціальної, психічної) є переорієнтація методичної роботи, наповнення форм її реалізації *активною складовою або включення в процес активного відновлення*.

Численними медико-біологічними, фізіологічними дослідженнями встановлено, що для забезпечення ефективного відновлення необхідно змінювати види та характер діяльності, наприклад, розумову діяльність на рухову, один вид рухової діяльності на інший. У першому випадку це може бути зміна роботи за письмовим столом на фізичні вправи, в другому – зміна вправ одного виду спорту на вправи іншого.

Відомо, що активне відновлення та зміна виду діяльності сприяють швидшому відновленню організму після втоми. Це особливо важливо для професій, де люди значний час знаходяться без руху (працівники розумової праці) або виконують одноманітні, монотонні рухи (на конвеєрах, заводських верстатах), або, як педагогічні працівники, виконують однотипну роботу зі значними емоційними та психологічними навантаженнями).

---

<sup>185</sup>Втома на роботі і безпека праці, [online]. Режим доступу: <https://pon.org.ua/novyny/6053-vtoma-na-robot-bezpeka-prac.html> [Дата зверн. 21.06.2016].

У цілому, активне відновлення (англ. *active leisure*) – спосіб проведення часу, у процесі якого людина долучається до активних видів діяльності. Прийнято вважати, що активність проявляється у фізичній роботі організму, роботи м'язів, всього тіла<sup>186</sup>.

Традиційно, активне відновлення (або, іноді кажуть, відпочинок) найчастіше припускає непрофесійне заняття певними видами спорту тощо. Дійсно, рухова активність, спрямована на боротьбу з гіподинамією та гіпокінезією, широке впровадження фізичної культури в життя населення, сприяє укріпленню здоров'я людини, підвищенню стійкості її організму до впливу несприятливих чинників довкілля (температура, тиск, забрудненість повітря та води, інфекції тощо), а також збереженню та відновленню працездатності, запобігає розвитку ранньої втоми та перевтоми, сприяє корекції психоемоційних перевантажень під час професійної діяльності людини<sup>187; 188</sup>.

Сучасні ж пріоритети у розумінні активного відновлення змінюють свій вектор. Ведучи розмову про активне відновлення, науковці та практики наголошують на тому, що воно (активне відновлення) розширює свої межі і переходить у сферу інтелектуальну.

Наукове обґрунтування нових сфер використання поняття "активність" та використання у сфері оздоровлення, професійного оздоровлення "активних" практико орієнтованих заходів здійснимо на основі використання *рекреалогічного підходу*. Розглянемо його базові положення з врахуванням мети та завдань актуалізованого наукового пошуку.

Останнім часом науковці широко використовують потенціал рекреалогії як самостійної науки про відпочинок та оздоровлення практично здорових людей з опорою, відповідно, на такі базові категорії як "рекреація" та "відпочинок", які, як показав порівняльний аналіз, часто використовуються у

<sup>186</sup> *Активний відпочинок*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний\\_відпочинок](https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний_відпочинок) [Дата зверн. 02.05.2014].

<sup>187</sup> Miller, K. E., 2008. Energy drinks, race, and problem behaviors among college students. *Journal of adolescent health*, vol. 43, № 11, p. 493.

<sup>188</sup> Olsen, K. M., and Dahl, S., 2007. Health differences between European countries. *Social science & medicine*, vol. 64, № 4, p. 1669.

синонімічному значенні, а у ряді випадків – віддається перевага україномовному терміну "відпочинок".

Разом з тим, за змістовими, функціональними і компонентними характеристиками "відпочинок" розглядають як "стан повного або відносного спокою після роботи, який забезпечує відновлення сил і сприяє підвищенню працездатності людини; проведення певного часу без звичних занять, роботи, для відновлення сил; стан спокою або така діяльність, яка знімає втому і сприяє відновленню працездатності". У зазначеному контексті, за способом проведення часу, розрізняють *пасивний відпочинок* – певна форма відпочинку після напруженої праці, коли переважає фізична та інтелектуальна бездіяльність, що характеризується абсолютним спокоєм всього організму, а також *активний відпочинок* – вид діяльності, рухової активності комфортної інтенсивності та обсягу. Перевагами активного відпочинку є швидке і глибоке відновлення сил, конструктивність наслідків, їх стійкий характер, використання неробочих годин, днів тижня, а також відпустки. У цілому ж, відпочинок є складним багатокомпонентним явищем, що впливає на біофізіологічні, психологічні, соціокультурні аспекти структури особистості.

Незважаючи на змістові розбіжності щодо використання терміну "рекреація" у певних галузях (соціологія, економіка, рекреаційна географія, фізкультура і спорт тощо), у цілому науковці констатують, що "рекреація" пов'язана з відновленням фізичних, психічних, духовних, інтелектуальних сил людини у процесі оздоровчої, пізнавальної, спортивної, культурно-розважальної діяльності, яка займає *частину вільного часу*<sup>189, 190, 191, 192, 193</sup>.

За таких умов, відпочинок лише частково охоплює вільний час або дозвілля людини, виходячи за їх межі. Саме тому, від "власне відпочинку

<sup>189</sup>Павлов, В. І., та Черчик, Л. М., 1998. *Рекреаційний комплекс Волині: теорія, практика, перспективи*. Луцьк: Надстир'я, с. 5.

<sup>190</sup>Мироненко, Н. С. и Твердохлебов, И. Т., 1981. *Рекреационная география*. Москва: Изд-во МГУ, с. 11.

<sup>191</sup>Гудзь, П. В., 2001. *Економічні проблеми розвитку курортно-рекреаційних територій*. Донецьк: Юго-Восток ЛТД, с. 10.

<sup>192</sup>*Менеджмент туризма: економіка туризма*. Москва: Финансы и статистика, 2002, с. 18.

<sup>193</sup>*Активний відпочинок*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний\\_відпочинок](https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний_відпочинок) [Дата зверн. 02.05.2014].

відокремилась діяльність у вільний час, спрямована на відновлення фізичних і психічних сил", повноцінної працездатності, що у науковому обігу й використовується у значеннях "рекреація"<sup>194</sup>.

Надалі в роботі поняття "рекреація" будемо пов'язувати із рядом характеристик: одна з форм дозвілля, певне суспільне явище; орієнтація на відтворення і розвиток фізичних, психічних, духовних та інтелектуальних сил людини; прив'язка до місць, де людина може проявити свою активність; використання рекреалогічних ресурсів; використання ресурсу "вільного часу", "дозвілля"; трансформування у суспільне явище.

Процесуально рекреація пов'язана з *рекреаційною діяльністю*, рушійною силою якої є рекреаційна потреба – ставлення людини до соціально-економічного середовища її життєдіяльності, яке проявляється в усвідомленні нею нестачі умов для відтворення і розвитку сил, витрачених в процесі трудової діяльності, розваг, отримання нових вражень та, відповідно, прагненні їх (умови) задовольнити.

У зазначеному контексті реалізація поставленого завдання проектується на спосіб проведення людиною вільного часу, дозвілля, або використання нею *рекреаційного ресурсу* – відповідних компонентів природного середовища і феноменів соціокультурного характеру, які завдяки певним властивостям (унікальність, оригінальність, естетична привабливість, лікувально-оздоровча значимість та ін.) підвищують ефективність використання базових форм рекреаційної діяльності.

Широкий спектр рекреаційних ресурсів обумовлює потребу їх класифікації за рядом ознак: за походженням; за видами рекреаційного використання; за швидкістю вичерпання; за можливостями економічного відновлення; за можливостями заміни одних ресурсів іншими; за можливостями самовідновлення і культивування та ін<sup>195</sup>;

<sup>194</sup>Круцевич, Т. Ю., Пангелова, Н. Є., та Пангелов, С. Б., 2013. *Історія розвитку фізичної рекреації*: навч. посіб. Київ: "Академвидав", с. 113.

<sup>195</sup>Говорушина, Т. К., 2005. *Особенности формирования здоровьесберегающей среды в учреждении дополнительного образования детей*: автореф. дис. ... к.п.н. Великий Новгород, с. 21.

<sup>196, 197</sup> (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

**Класифікація рекреаційних ресурсів (середовищ)  
за безпосереднім впливом на фізичну рекреаційну діяльність**

<b>За походженням</b>	<b>За видами рекреаційного використання</b>	<b>За туристичним призначенням</b>
1) фізичні (всі компоненти неживої природи, віднесені до фізико-географічних ресурсів: геологічні, кліматичні, гідрологічні, термальні)	1) за характером візуального сприймання (пейзажі, екскурсійні об'єкти, ландшафти)	1) природні (клімат, водні ресурси, рельєф, печери, рослинний і тваринний світ, національні парки, мальовничі пейзажі)
2) біологічні (всі компоненти живої природи, включаючи ґрунтові, фауністичні, флористичні)	2) за використанням без прямих витрат (екскурсія в ліс, у гори та ін.)	2) культурно-історичні (культурні, історичні, археологічні, етнографічні об'єкти)
3) енергоінформаційні (поля ноосферної природи, обумовлені факторами атрактивності місцевості або ландшафту, що позитивно впливають на психофізичний (емоційний і духовний) стан людини)	3) за безпосередніми витратами в процесі рекреації (збір ягід, грибів, горіхів та ін.).	3) соціально-економічні умови і ресурси (економіко-географічне положення території, її транспортна доступність, рівень економічного розвитку, трудові ресурси і т.д.)

[Таблиця подається за матеріалами Сидорчук Н. Г.<sup>198</sup>]

У ході практичної діяльності рекреаційні ресурси використовуються через комплекс *рекреаційних занять (форм)*, які за *видом активності* поділяються на *заняття інтелектуальної рекреаційної діяльності* (відвідування музеїв, бібліотек,

<sup>196</sup>Кирпиченков, А. А., 2011. Компонентный состав здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. Москва, № 1 (71), с. 51–54.

<sup>197</sup>Богініч, О. Л., 2008. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Педагогіка*. Івано-Франківськ : ПНУ ім. В. Стефаника, вип. XVII-XVIII, с. 191–199.

<sup>198</sup>Сидорчук, Н. Г., 2017. *Фізична культура і психологічний тренінг*: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 94.

видовищних заходів: театрів, концертних залів, клубів тощо) та *фізичної рекреаційної діяльності* (заняття спортом, гімнастикою, танцями, відпочинок у міських зелених зонах тощо)<sup>199; 200; 201; 202</sup>.

Розглянемо особливості застосування форм рекреаційної діяльності як активного засобу оздоровлення. У процесі *узгодження рекреаційних та оздоровчих завдань* ключовим завданням залишається їх оптимізація, що в умовах інтенсивних професійних навантажень педагогічних працівників закладів дошкільної освіти ґрунтується на особливостях цільової установки рекреації – *отримання задоволення та користі від активної рекреаційної діяльності у межах конкретного рекреаційного середовища*<sup>203</sup>.

У такому розумінні, наприклад, Т. Ківшар розглядає *рекреаційну функцію бібліотеки*. На думку автора, "вона визначається організацією змістовного рекреаційних траєкторій на основі комплексу спеціальних заходів, спрямованих на відновлення та відтворення втрачених або послаблених психічних сил, оптимізації самопочуття людини, що сприяє її пристосуванню до умов праці й побуту. Ефективність рекреаційної функції бібліотеки пов'язана із її змістовно-комунікативним характером діяльності, а також з її впливом на формування таких соціокультурних чинників, як стиль життя, соціальний статус, соціальні стереотипи і настанови, індивідуальна культура особистості".

На думку автора, рекреаційні потреби та інтереси кожної читацької групи – важлива умова ефективної рекреаційної діяльності бібліотеки шляхом використання широкого кола сучасних видів і форм дозвілля на її платформі. У дослідженні наголошено на потенційних можливостях бібліотек у

<sup>199</sup>Єфімова, В. М., 2010. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Київ, № 1, с. 57–60.

<sup>200</sup>Митяева, А. М., 2008. *Здоровьесберегающие педагогические технологии* : учеб. пособ. Москва: Академия, с. 85.

<sup>201</sup>Пилипишин, О. І., 2015. Здоров'язберігаючі технології в організації навчально-виховного процесу в закладах освіти: теоретичний аналіз. *Педагогіка. Соціальна робота*. Київ, вип. 35, с. 147–151.

<sup>202</sup>Левінець, Н., 2011. *Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти*, [online]. Режим доступу. [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vird/2011\\_16/Pdf/18.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vird/2011_16/Pdf/18.pdf) [Дата зверн. 25.08.2017].

<sup>203</sup>Чупаха, І. В., 2003. *Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе*. Москва, с. 326.

організації рекреаційних траєкторій з урахуванням контингенту відвідувачів; створенні відповідного соціалізуючого середовища; важливості запровадження інноваційних бібліотечних технологій при організації дозвілля читачів; окреслено шляхи залучення до культурного соціуму тощо<sup>204</sup>.

Як зазначає Н. Сидорчук, "рекреаційна діяльність бібліотеки з метою пом'якшення наслідків "стресового суспільства" здійснюється шляхом комплексності й адресності рекреаційних заходів, стимуляції соціальної активності користувачів бібліотеки, підтримки найуразливіших верств населення, залучення користувачів, громадськості до участі у цій роботі". Поліфункціональність дозвіллевої діяльності бібліотеки, на думку автора, спрямована на "пошук активних напрямів організації дозвілля з використанням сучасних технологій", а бібліотека перетворюється із інформаційного центру у центр відпочинку та розваг<sup>205</sup>.

Як рекреаційне середовище, сучасна бібліотека використовує "оригінальні культурно-дозвілєві програми, організовує літературно-музичні салони та вітальні, естетичні студії, гуртки і клуби за інтересами, диспути, презентації, читацькі конференції, тематичні вечори, творчі зустрічі, круглі столи", створює сучасну інфраструктуру для організації відпочинку, сприяє диференціації рекреаційних запитів користувачів з урахуванням потреб сучасного українського суспільства<sup>206, 207</sup>.

Всебічний розвиток бібліотечно-інформаційної сфери, забезпечення прав користувачів на якісне і своєчасне бібліотечне обслуговування та доступ до інформації в Україні здійснюється Всеукраїнською громадською організацією Українська бібліотечна асоціація (УБА), якій у лютому 2020 року виповнилося 25 років. Важливим напрямом її діяльності є "розробка

<sup>204</sup>Ківшар, Т. І., 2004. Рекреаційна функція бібліотеки початку ХХІ століття. *Педагогічні та рекреаційні технології в сучасній індустрії дозвілля*: матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Київ, с. 101.

<sup>205</sup>Сидорчук, Н. Г., 2015. Андрагогічні засади дозвіллевої діяльності. *Андрагогічний вісник*: наук. електр. журнал, вип. 6. с. 192–200.

<sup>206</sup>Ківшар, Т. І., 2004. Рекреаційна функція бібліотеки початку ХХІ століття. *Педагогічні та рекреаційні технології в сучасній індустрії дозвілля*: матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Київ, с. 116.

<sup>207</sup>Макєєв, М. В., 2001. *Нові технології формування здорового способу життя у дітей і підлітків в умовах сучасного позакласного закладу*. Харків, с. 223.

комплексу дозвілєвих програм, спрямованих на оновлення громадянського суспільства, бібліотечно-інформаційної сфери в Україні, активне відстоювання права громадян на доступ до всього обсягу накопичених знань та інформації, свободи слова тощо"<sup>208</sup>.

Цікавим напрямом діяльності Української бібліотечної асоціації є розробка та впровадження соціального проекту "Бібліотека – громада: відкритий простір", підтриманого Фондом "Монсанта" у Вінницькій, Житомирській, Рівненській, Полтавській та Черкаській областях з 2014 р. Базовим завданням проекту визначено зміцнення сільських громад, надання освітньої підтримки та забезпечення критичних потреб громад. Осередками впровадження проекту на місцях визначено сучасні Центри суспільної активності заради розвитку (25 сільських бібліотек на сучасні інформаційні центри)<sup>209; 210</sup>.

Переможець конкурсу проектів Європейської культурної фундації у 2015 році Всеукраїнська громадська організація "Українська бібліотечна асоціація", впроваджувала, наприклад, проект, орієнтований на розвиток туризму у місті Києві. У межах проекту створено цілий ряд оригінальних авторських екскурсій/прогулянок Києвом як для мешканців України, так і для іноземних гостей столиці. Така програма потребувала підготовки гідів, а використання фондів бібліотекою як "третього простору" знайшло підтримку серед ініціативної групи фахівців, які активно опікуються впровадженням проекту у життя із застосуванням наявних бібліотечних ресурсів. Перспективним напрямом розгортання проекту визначено вихід за межі столиці України, розвиток бібліотечного туризму<sup>211</sup>.

Реалізуючи одну найважливіших функцій сучасної бібліотеки –

<sup>208</sup>Українська бібліотечна асоціація: Історія Української бібліотечної асоціації, [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/pro-uba/istoriya> [Дата зверн. 20.11.2018].

<sup>209</sup>Бібліотека – громада: відкритий простір, [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/255-programi-proekti/2899-proekt-biblioteka-hromada-vidkrytyi-prostir> [Дата зверн. 20.11.2015].

<sup>210</sup>Костюченко, О. В., 2015. Публічна бібліотека – центр інформаційного суспільства. Житомир, [online]. Режим доступу: [http://www.lib.zt.ua/sites/default/files/publication/dosv\\_rob.pdf](http://www.lib.zt.ua/sites/default/files/publication/dosv_rob.pdf) [Дата зверн. 28.12.2015].

<sup>211</sup>Проект з розвитку туризму "Як тебе не любити, Києве мій!", [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/255-programi-proekti/3003-proekt-z-rozvytku-turyzmu-yak-tebe-ne-liubty-kyieve-mii> [Дата зверн. 20.11.2015].



навчання впродовж життя – Українська бібліотечна асоціація координує і підтримує роботу регіональних тренінгових центрів. Так, наприклад, у одній із найстаріших бібліотек України – Житомирській обласній універсальній науковій бібліотеці імені Олега Ольжича активно працюють ресурсно-інформаційний центр "Вікно в Америку"<sup>212</sup>, "Заочний німецький абонемент" Інформаційного центру (бібліотека Гете-Інституту в м. Києві німецький культурний центр)<sup>213</sup>, діяльність яких спрямована на забезпечення українських регіонів сучасними й актуальними матеріалами із США та Німеччини, розвиток міжкультурних зв'язків, вивчення англійської та німецької мов тощо.

Практика професійного оздоровлення активно використовує рекреаційну функцію *музейних установ*, не зважаючи на надзвичайно широке призначення музеїв з урахуванням різноманітних форм їх діяльності.

Актуальні проблеми розвитку музейних установ як освітніх осередків активно вивчають вітчизняні та зарубіжні дослідники (Т. Белофасова, Є. Ванслова, Ю. Ключко, І. Косова, Є. Медведєва, В. Столяров, С. Фокін, З. Шинчук, М. Юхневич та ін.) Ними порушуються питання організації діяльності музеїв як освітніх установ, формування пізнавальної активності відвідувачів тощо. Не зважаючи на вихідне призначення музеїв у збиранні, вивченні і експонуванні пам'яток історії, культури, мистецтва, основним напрямом їх діяльності для відвідувачів у сучасних умовах стає дозвіллеве, особливо екскурсійна з використанням рекреаційних траєкторій.

До недавнього часу музеї використовували традиційні форми експонування (скляні вітрини, одноманітні відомості про автора та його твір), що супроводжувалися екскурсійною програмою. Сучасна культурно-просвітницька діяльність музеїв набула принципових змін: розробляються активні освітні програми, культурно-мистецькі акції; працюються творчі майстерні, клуби, проводяться вечори відпочинку, концерти, створюються

<sup>212</sup>Ресурсно-інформаційний центр "Вікно в Америку", [online]. Режим доступу: <http://www.lib.zt.ua/ua/projects/node/78> [Дата зверн. 25.11.2015].

<sup>213</sup>"Заочний німецький абонемент (Україна)" Гете-Інституту, [online]. Режим доступу: <http://www.lib.zt.ua/ua/projects/node/79> [Дата зверн. 25.11.2015].

комерційні структури – ресторани, бари, торговельні кіоски.

У сучасному музеї відвідувач має можливість ознайомитися з будь-якою експозицією, самотійно, без екскурсійної програми. Розробляється комплекс сучасних шляхів надання інформації: етикетаж, путівники та брошури з конкретних експозицій, магнітофонні записи, відеоматеріали. Музеї знаходять своє місце у сучасній індустрії дозвілєвої діяльності стають осередками активного проведення дозвілля.

Визначимо загальний контекст рекреаційних траєкторій музейних установ на базі космічних музеїв України, адже їх діяльність тісно пов'язана з розвитком туризму як засобу рекреації, сучасними освітніми технологіями, відображенням рівня наукового знання, прагненням засвоїти медійні виміри культури, відкриваючи двері для творчих професіоналів, будуючи свою незалежну політику у сфері комунікацій з акцентом на сучасні підходи до інтерпретації музейних колекцій.

В Україні, як виявилось, діє понад 30 музеїв космічного профілю різних форм власності і підпорядкування. Ініціатором організації системної комунікації музеїв космічного профілю виступив Музей космонавтики ім. С.П. Корольова, що працює у м. Житомирі на батьківщині видатного вченого, Головного Конструктора перших ракетно-космічних систем, академіка С.П. Корольова.

Особливо яскраво рекреаційна концепція музею втілюється у його культурно-просвітницькій діяльності через проведення різноманітних культурних акцій, фестивалів, виставок та конкурсів: Всесвітній день авіації і космонавтики, Всесвітній тиждень космосу, форум "Корольов. Космос. Житомир", акція "Ніч музеїв", фестиваль "Під сузір'ям Ліри", конкурс "Кольори Всесвіту", проєкт професора Грищука, освітня програма "Музей іде до дітей" тощо.

У музеї можна замовити інтерактивну екскурсію "Зореліт "Еней". Це не іграшка чи дитяча забавка, адже над ним працювали справжні знавці своєї справи. Раніше аналогічні тренажери використовувалися лише для підготовки професійних авіапілотів. У музеї "розпочато" підготовку майбутніх космонавтів.

У музеї мешкає робот Меканоїд – інтерактивний пристрій, що може управлятися на основі використання гаджетів відвідувачів. Побувати на Місяці, чи на Венері або просто помандрувати у космічному просторі, отримати надзвичайні враження про космос можна, використовуючи VR-окуляри – окуляри віртуальної реальності. Музей пропонує дорослим і дітям випробувати свої сили у настільній грі "Космотур", відвідати віртуальні екскурсійні програми (що є надзвичайно актуальним у період пандемії)<sup>214</sup>.

Цікаві рекреалогічні траєкторії розроблено у приватному проєкті "Музей фантастики і космонавтики" (м. Київ, засновник – колекціонер, бібліограф української фантастики Юрій Шевела).

В експозиції представлені науково-популярні книжки, присвячені певним особистостям, зокрема, окремий стенд – першому космонавту Юрію Гагаріну, а також книжки з астрономії, авіації та космонавтики, літературні твори космічної фантастики, фотографії та архівні документи, телескопи та багато речей "космічного часу". Основою для відкриття музею стала теза про те, що без фантастики та мистецтва уявляти багато речей і досі були б нездійсненними. Для розширення уяви у музеї створено спеціальний майданчик. Цей музей називають "живим". В ньому працює Клуб любителів фантастики "Лоцман Фантастики" для дітей та дорослих; майстер-класи з астрономії, історії космонавтики тощо<sup>215</sup>.

Зібрання матеріалів про аномальні космічні явища представлено у Музеї космонавтики та уфології Харківського планетарію ім. Ю. О. Гагаріна. Музейні експонати на основі матеріалів про аномальні зони планети, послання землян іншим цивілізаціям, астрономічних даних про можливості життя на інших планетах дозволяють досягнути роль космонавтики у розгадуванні космічних таємниць, встановлюють зв'язок між минулим, сьогоденням та

<sup>214</sup>Національний музей космонавтики ім. С. П. Корольова, [online]. Режим доступу: <https://cosmosmuseum.info/> [Дата зверн. 22.08.2016].

<sup>215</sup>У столиці відкрився Музей фантастики і космонавтики. *Хрещатик*, [online]. Режим доступу: <http://kreschatic.kiev.ua/ua/4192/news/1334309138.html>; <https://m.facebook.com/profile.php?id=429525444483684> [Дата зверн. 15.08.2017].

майбутнім земної цивілізації тощо<sup>216</sup>.

Отже, серед основних тенденцій рекреаційної музейної діяльності можна визначити такі: інтеграція музейних програм у сферу дозвілля; збереження та популяризація життя місцевих культурних цінностей та їх самобутності; збагачення духовного життя людини шляхом зв'язку "мистецтво-історія-індивідуальний досвід"; розвиток віртуальних музеїв та мультимедійних проектів, що зміцнює контакти з глядацькою аудиторією і дозволяє відвідувачам знайомитися з колекціями музеїв різних країн; розширення музейної діяльності за межами музейного закладу, в регіони країни.

Необхідність зняття фізичної втоми, що належить до основних фізіологічних потреб людини, притаманних їй упродовж усього її життя, дозволяє виділити *фізичну (рухову) рекреацію*, безпосередньо пов'язану з відновленням фізичного стану людини<sup>217</sup>.

Засновником організованого рекреаційного руху на умовах фізичної активності вважають американського лікаря Лютера Гуліка (1865–1918), який запропонував шляхи зміцнення фізичного здоров'я людини (стримування у відповідних межах її "агресивності", отримання нею задоволення), серед яких: ігри на свіжому повітрі, керовані прогулянки й інші заняття, що пов'язані з перебуванням людини на свіжому повітрі тощо.

Обґрунтування форм рекреаційної рухової активності здійснено викладачем університету Хенріком Йорданом (1842–1907 рр.), який у Кракові на ділянці площею 8 га створив взірцевий ігровий майданчик ("Йорданські сади"), розрахований на забезпечення запитів у руховій активності людини, незалежно від віку і статі. Тут пропонувалася участь у змаганнях, іграх, заняття гімнастикою, купання під наглядом кваліфікованих інструкторів<sup>218</sup>.

Як зазначають Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, С.Б. Пангелов, "фізична

<sup>216</sup>Харківський планетарій, [online]. Режим доступу: <http://planetarium-kharkov.org/> [Дата зверн. 22.06.2016].

<sup>217</sup>Выдрин, В. М., 1989. Физическая рекреация – вид физической культуры. *Теория и практика физической культуры*. Москва, № 3, с. 2–4.

<sup>218</sup>Скрипник, Л. В., та Чепурда, Г. М., 2012. Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді. *Природа Західного Полісся та прилеглих територій*, № 9, с. 371.

рекреація стала предметом досліджень вітчизняної науки (теорія фізичної культури, соціальна психологія, медицина, гігієна, культурологія тощо) у середині 60-х років XX ст.<sup>219</sup> та характеризується як "рухова активність людини, що передбачає активну фізичну роботу організму, роботу м'язів, усього тіла".

У цілому, на думку авторів, "рекреаційна активність людини відповідає її потребам та інтересам, традиціям рідної культури, поведінковим і оцінним стандартам найближчого соціального оточення. Рекреаційна активність людини складається з добових, тижневих, річних і життєвих циклів які на кожному етапі життя утворюють складну систему різноманітних передумов і мотивацій, визначають характер, спрямованість і ефективність рекреаційної активності"<sup>220</sup>.

Практико-орієнтованим підґрунтям рекреаційної активності є форми, серед яких гігієнічна гімнастика, оздоровча гімнастика, прогулянки на лижах, велосипедах, туризм, навчальні заняття в групах здоров'я і спортивних секціях, виробнича гімнастика, плавання і його різновиди, катання на гірських лижах, сноубордах, катання на ковзанах, у тому числі і на роликових, ігри з м'ячем (футбол, волейбол, теніс), воланами (бадмінтон), кулями (більярд) тощо<sup>221; 222</sup>. Разом з тим, актуальним залишається завдання їх оптимізації, що в умовах прискорення суспільного прогресу ґрунтується на особливостях цільової установки фізичної рекреації та урахуванні рекреаційних ресурсів, які безпосередньо впливають на фізичну рекреаційну діяльність людини

Як показує аналіз суміжних з рекреаційним видів фізичної активності (оздоровча або лікувальна фізична культура, масова фізична культура, релаксація, туризм та ін.), основою власне фізичної рекреації є не тільки рухова активність людини, що передбачає активну фізичну роботу організму, роботу м'язів, всього тіла, як у випадку названих видів фізичної активності

<sup>219</sup>Круцевич, Т. Ю., Пангелова, Н. Є., та Пангелов, С. Б., 2013. *Історія розвитку фізичної рекреації*: навч. посіб. Київ: "Академвидав", с. 104–106.

<sup>220</sup>Круцевич, Т. Ю., та Безверхня, Г. В., 2010. *Рекреація у фізичній культурі різних груп населення*: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, с. 215.

<sup>221</sup>Гаврилов, Д. Н., Романова, Е. Е., и Малинин, А. В., 2003. Двигательная активность и долголетие: организационные и методические аспекты. *Теория и практика физической культуры*, № 3, с. 9–12.

<sup>222</sup>Платонов, В. Н., 1980. *Современная спортивная тренировка*. Київ: Здоров'я, с. 253.

людини<sup>223</sup>, але й особливість цільової установки, якою в умовах фізичної рекреації виступає ще й *отримання задоволення* від рухової активності.

Його високий ступінь, ефективність відтворення психо-фізичних, духовних та інтелектуальних сил людини, за результатами міжгалузевих досліджень (географія, фізика, хімія, соціологія, психологія та ін.), забезпечується комплексним використанням рекреаційних ресурсів, що включають *окремі* середовища, які, у той же час, об'єктивно пов'язані між собою потоками речовини та енергії. Відповідно, комплексне використання середовищ у ході рекреаційної активності забезпечує отримання очікуваного рекреаційного ефекту, коли людина відчуває бадьорість і задоволення від відпочинку, психофізіологічний комфорт, збалансованість емоційних і соціокультурних самооцінок, готовність до нових навантажень за рахунок необхідного рівня енергообміну організму з середовищем унаслідок фізіологічного і психологічного оздоровлення, досягнення душевної рівноваги<sup>224, 225</sup>.

У зазначеному контексті інноваційною формою рекреаційної активності, що забезпечує умови комплексного використання рекреаційних ресурсів для отримання рекреаційного ефекту, є новий вид рухової активності, відомий як скандинавська або нордична ходьба.

У результаті аналізу наукових джерел у галузі здоров'язбереження та рекреалогії виокремлюємо ключові принципи, що забезпечують дієвість рекреалогічного підходу та рекреалогії у межах розв'язання завдань дослідження: комплексне використання *рекреаційних ресурсів* – компонентів природного середовища і феноменів соціокультурного характеру, які завдяки певним властивостям (унікальність, оригінальність, естетична привабливість, лікувально-оздоровча

<sup>223</sup> *Активний відпочинок*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний\\_відпочинок](https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний_відпочинок) [Дата зверн. 02.05.2014].

<sup>224</sup> *Рекреаційні ресурси та їх класифікація*, [online]. Режим доступу: [https://ua-referat.com/Рекреаційні\\_ресурси\\_та\\_їх\\_класифікація](https://ua-referat.com/Рекреаційні_ресурси_та_їх_класифікація) [Дата зверн. 02.10.2015].

<sup>225</sup> Лук'янова, Ю. С., 2009. Вимоги до використання здоров'язберігаючих освітніх технологій. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. пр. Харків: ХДАДМ, № 9, с. 76–78.

значущість тощо) підвищують ефективність використання базових *форм рекреаційної діяльності*; збалансованість форм рекреаційної діяльності, отримання задоволення від обраних шляхів відновлення життєвих ресурсів, використання активного середовища<sup>226</sup>.

А проаналізовані та схарактеризовані вище життєві стратегії сприятимуть збереженню інтелектуального, фізичного, психічного та соціального здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, а також забезпеченню педагогічного комфорту в освітньому процесі.

Представлені узагальнення стали підґрунтям для реалізації експериментальної роботи у контексті збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. Шляхи розв'язання актуалізованої проблеми розглянемо у наступних пунктах дослідження.

### ***2.3. Модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників***

Ключовим питанням експериментальної роботи стала розробка практикоорієнтованої складової здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти (у тому числі, форм, методів та засобів). Одним із підходів до вирішення означеної проблеми є *моделювання, що дозволяє розв'язати протиріччя між теоретичним, предметним змістом збереження професійного здоров'я та реалізацією актуалізованого завдання у практичній площині*<sup>227</sup>.

Питанням моделювання педагогічних процесів та дослідженню особливостей дидактичного моделювання присвячені наукові праці таких відомих у цій сфері дослідників, як: С. Архангельський<sup>228</sup>, Ю. Бабанський<sup>229</sup>,

<sup>226</sup>Опалко, Г. П., 2011. *Здоров'язбережувальні технології в дошкільному навчальному закладі*. Черкаси: ЧОПОПП, с. 8.

<sup>227</sup>Лук'янова . Ю. С., 2012. *Формування здоров'я особистості в умовах навчального закладу: навчальний посібник*. Харків: ХДАДМ, с. 115–129.

<sup>228</sup>Архангельський, С. И., 1980. *Учебный процесс в высшей школе и его закономерные основы и методы: учеб.-метод. пособ.* Москва: Высшая школа, с. 26.

<sup>229</sup>Бабанский, Ю. К., 1974. *Результаты исследования деятельности учителей. О дидактических затруднениях в деятельности учителей и путях их преодоления*. Москва: НИИ школ, с. 22–64.

В. Беспалько<sup>230</sup> та ін., де автори обґрунтовують загальні підходи до застосування методу моделювання в педагогіці.

Процес моделювання ґрунтується на понятті "*модель*" (від лат. *modulus*, франц. *modele*, італ. *modello* – міра, ритм, такт), яке розглядають як "уявно чи матеріально-реалізовану систему, яка адекватно відображає чи відтворює предмет дослідження, дозволяє одержати нову інформацію у ході його вивчення; як певну схему, яка створюється для пояснення окремого предмета, явища або процесу, які мають місце у природі, суспільстві, науці"<sup>231</sup>.

Ф. Щербак наголошує, що модель – це "*знакова система*, за допомогою якої можна відтворити дидактичний процес як предмет дослідження, показати в цілісності його структуру, функціонування та зберегти цю цілісність на всіх етапах дослідження"<sup>232</sup>, а С. Гулієва визначає модель як "*аналогію, проміжну ланку між висунутими теоретичними положеннями та їх перевіркою у реальному педагогічному процесі*"<sup>233</sup>.

Підкреслюючи методологічну та прогностичну цінність моделювання, В. Загвязинський акцентує увагу на тому, що він відображає "основні характеристики оригіналу в моделі, яка простіше оригіналу і дозволяє виявити приховане, неочевидне в силу складності, різноманіття явищ"<sup>234</sup>.

Використовуючи метод моделювання, Л. Данильчук наголошує на його використанні як "методу дослідження об'єктів різної природи на їх аналогах (моделях), створюваних для визначення або утворення характеристик об'єктів, що вже існують або конструюють знову"<sup>235</sup>. О. Клименюк, О. Калита, Е. Бережна вказують на можливість його використання для вивчення процесів

<sup>230</sup>Беспалько, В. П., 1989. *Слагаемые педагогической технологии*. Москва: Педагогика, с. 63.

<sup>231</sup>Чернілевський, Д. В., Томчук, М. І., Дубасенюк, О. А., Антонова, О. Є., Захарченко, В. І., Вознюк, О. В., та Сіранчук, Н. З., 2012. *Методологія наукової діяльності*: навч. посіб. 3-є вид., перероблене. Вінниця: Ніланд-ЛТД, с. 55.

<sup>232</sup>Щербак, Ф. Н., 1995. *Профессионально-нравственная культура труда*. Москва: Знание, с. 81.

<sup>233</sup>Гулієва, С. А., 2002. *Педагогические формы и технологии формирования профессионально-педагогической культуры студентов – будущих учителей начальных классов*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва: РГБ, с. 7.

<sup>234</sup>Загвязинский, В. И., 2001. *Методология и методы психолого-педагогического исследования*. Москва: Академия, с. 84.

<sup>235</sup>Данильчук, Л. О., 2006. Вивчення проблеми формування професійного іміджу майбутніх фахівців крізь призму комунікативних аспектів. *Науковий вісник Волинського державного університету ім. Лесі Українки*, № 2, с. 102-107.



та явищ, що забезпечує "розширення можливостей дослідників і експериментаторів, які дозволяють спроектувати на оригінал здобуті на модулі результати"<sup>236</sup>. У своїх дослідженнях З. Курлянд робить висновок про наявність двох типів моделювання: матеріального – створення моделі за аналогією; ідеального – інтуїтивне або знакове створення моделі<sup>237</sup>.

Використання методу моделювання поширюється у різних галузях знань, саме тому з'являється можливість у виділенні цілого ряду видів і типів моделей. Так, П. Доорн поділяє моделі на теоретичні й емпіричні, загальні і часткові, пояснювальні і дескриптивні, динамічні і статичні, імітаційні та експериментальні, детерміністичні й стохастичні тощо<sup>238</sup>. В. Штофф з огляду на певні характеристики моделей пропонує використання синергетичних (модель є фактично віртуальною чи матеріально реалізованою системою); відтворювальних (модель відображає об'єкт дослідження); ідеалізуючих (модель здатна замінити об'єкт вивчення); інформаційних (модель дає можливість отримати нову інформацію про об'єкт)<sup>239</sup> моделей.

А В. Костенко за призначенням, цілями та способами створення моделей називає такі їх типи, як "модель-зразок (не створюється, а копіюється і використовується в ситуаціях, коли об'єкт реально існує в об'єктивній дійсності для вивчення і перетворення його нормативних властивостей. У результаті вона не співпадає з оригіналом лише за розмірами (зменшення чи збільшення), при незмінності його суті); модель-замінник (створюється новий оригінал як продукт творчого задуму, є розумовою логічною схемою розгорнутої педагогічної діяльності. Використовується, як правило, в ситуаціях, коли об'єкт ще відсутній в повному вигляді в об'єктивній

<sup>236</sup>Клименюк, А. В., Калита, А. А. и Бережная, Э. Н., 1988. *Методология и методика педагогического исследования. Постановка цели и задач исследования*: учебник. Киев: ГП ППО "Укрвузполиграф", с. 111.

<sup>237</sup>Курлянд, З. Н., Хмелюк, Р. І., Семенова, А. В. та ін., 2007. *Педагогіка вищої школи*: навч. посіб., 3-тє вид., перероб. і доп. Київ: Знання, с. 220-224.

<sup>238</sup>Доорн, П. *Еще раз о методологии. Старое и прекрасное: "мыльная опера" о непонимании между историками и моделями*, [online]. Режим доступу: <http://kleio.asu.ru/aik/bullet/19/30.shtml> [Дата зверн.].

<sup>239</sup>Штофф, В. А., 1966. *Моделирование и философии*. Москва: Наука, с. 63.

реальності та ін." <sup>240</sup>.

Для дослідження актуальним є застосування моделі-замінника, оскільки збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти не відображає в повному обсязі розв'язання окресленої проблеми.

Узагальнюючи, наголошуємо, що моделювання при визначенні стратегії інноваційних перетворень можна використовувати як *мету* дослідження; як матеріальний та нематеріальний *засіб* відображення й перетворення ще не існуючого об'єкта, представленого частково або в повному обсязі; *імітацію* реальних процесів розвитку навчального закладу.

Важливо наголосити, що в умовах розв'язання поставлених наукових завдань, дидактичне моделювання, по-перше, дозволяє розкрити цілісну структуру дидактичного процесу, його функціонування та збереження цієї цілісності на всіх етапах дослідження. По-друге, як метод наукового пізнання, дозволяє показати не лише статичну дидактичного процесу, але і його динаміку. По-третє, дидактичне моделювання спрямоване на прогнозування майбутнього позитивного результату, що особливо важливо у процесі збереження здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. Разом із тим, необхідно врахувати: за допомогою дидактичної моделі не можна об'єднати, виразити й відбити всі існуючі й істотні різноманітні діалектичні взаємозв'язки й фактори реального об'єкта дослідження. Тому залишається необхідність моніторингу, коректування моделей.

Є підстави вважати, що одним із факторів вирішення проблеми збереження професійного здоров'я педагогів закладів дошкільної освіти, є моделювання методичної роботи як засобу мети, педагогічного інструментарію, засобу формування їх позитивної внутрішньої мотивації до здоров'язбереження. Це й визначає потребу в розробленні моделі збереження

---

<sup>240</sup>Костенко, В. А., 2008. *Формування професійної компетентності молодшого начальницького складу кримінально-виконавчих установ*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Хмельницький, с. 6.

професійного здоров'я педагогічних працівників в системі методичної роботи закладів дошкільної освіти.

Важливим акцентом у розробці цілісної структури професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є врахування існуючих концептуальних моделей професійного здоров'я особистості, узагальнення яких здійснено Т. Дзюбою<sup>241</sup>. У виділених моделях поняття "професійне здоров'я" виступає не у номінальному чи допоміжному значенні. Воно виступає науково обґрунтованим й пояснюваним явищем.

Так, *адаптаційна модель* професійного здоров'я особистості розглядає проблему здоров'я через "призму поведінки самозбереження у зовнішньому плані життєдіяльності індивіда. Основним критерієм здоров'я, а отже, й поведінки самозбереження, за таких умов, виступає характер і міра включення людини у будь-яку систему (біологічну, соціальну, зокрема, й у професійну)".

Узагальнюючи, Т. Дзюба наголошує, що "адаптаційна модель професійного здоров'я фахівця ґрунтується на таких принципових положеннях у розумінні "професійного здоров'я": 1) професійне здоров'я як відсутність професійних хвороб; 2) професійне здоров'я як "професійна норма"; 3) професійне здоров'я як успішна професійна адаптація до умов професійного середовища. Водночас, працівник відіграє роль *пасивного об'єкта* у професійному середовищі, змушений пристосовуватися до наявної професійної реальності, що звужує поле професійної активності, не відображає творчу спрямованість професійної діяльності<sup>242</sup>. Тобто адаптаційна модель визначає лише *звужену зберігаючу й тренувальну стратегії* ставлення до професійного здоров'я".

*Інтегративна модель* професійного здоров'я особистості, за С. Дружиловим, визначає змістові характеристики феномену "професійне здоров'я" "не за абсолютними показниками (відсутність "професійних захворювань"), а як успішне функціонування працівника в динамічних умовах

<sup>241</sup>Дзюба, Т. М., Концептуальні моделі професійного здоров'я особистості. *Актуальні проблеми психології*, том I. вип. 47, с. 8–14.

<sup>242</sup>У тому ж джерелі, с. 8–14.

професійного середовища". У рамках цієї моделі, як наголошує автор, "здійснюються спроби інтегрувати концептуальні схеми, принципи осмислення поняття "професійне здоров'я" з урахуванням їхніх обмежень на єдиній концептуальній основі, згідно з базовими принципами теорії систем"<sup>243</sup>.

Таким чином, у рамках інтегративної моделі професійне здоров'я інтерпретується як складний, багаторівневий феномен, що інтегрує в єдину систему різні компоненти (фізичний, психічний, соціальний та духовний), Динаміка так заявленої системи визначається нелінійними ефектами, характером поведінки працівника в ставленні до власного здоров'я в умовах об'єктивно існуючої професійної реальності, професійними установками, які дозволяють *осмислювати* значущість професійного здоров'я й *формувати траєкторію професійного здоров'язбереження та здоров'ятворення*.

Під іншим кутом зору виділяються змістові характеристики професійного здоров'я в рамках так званої *екзистенціально-гуманістичної моделі*. Саме ця модель, цей підхід, на нашу думку, розширює предмет дослідження феноменології професійного здоров'я, визнає важливість дорефлексивних (доментальних) тілесних компонент у структурі значення, підкреслює екзистенціальний вибір людини в життєвій ситуації (Дж. Бугентвль, А. Маджуга, І. Сініцина). Базовими положеннями для побудови цієї моделі визначено розуміння проблеми здоров'я і хвороби як фундаментальних аспектів або варіацій індивідуального, неповторного "способу буття в світі", що включені в суб'єктивну картину світу й можуть бути опановані лише в її контексті (К. Ясперс, Л. Бісвангер, Р.Д. Ленг). Як зауважує Р. Д. Ленг, "будь-які психічні феномени треба розуміти включаючись у контекст індивідуального буття в світі, у світлі переживання людиною самої себе через зв'язок із іншими"<sup>244</sup>.

Екзистенціально-гуманістична                      модель                      відображає                      змістові

<sup>243</sup>Дружилов, С. А., 2012. Экология человека и профессиональное здоровье трудящихся: психологический поход. *Международный журнал экспериментального образования*, № 12 (1), с. 15–18.

<sup>244</sup>Лэнг, Р. Д., 1995. *Расколотое "Я"*. Санкт-Петербург: Белый Кролик, с. 301.

характеристики професійного здоров'я в аспекті фундаментальних проблем людського існування, консолідуючи новітні гуманістичні тенденції для їх якісного аналізу. Таким чином, у межах екзистенціально-гуманістичної моделі професійне здоров'я розглядається як *динамічний процес і стан*, що забезпечує осмислення працівником індивідуальних сенсів професійного буття, здатність здійснювати усвідомлений професійний вибір, спрямованість на розуміння певних професійних цінностей та пріоритетів, саморозвиток у ситуації професійної нестабільності та об'єктивної професійної реальності.

Концептуально саме екзистенціально-гуманістична модель відповідає обраній загальній стратегії розв'язання завдання здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти – *активність в усіх її проявах як шлях професійного оздоровлення*. Разом з тим, базові положення адаптаційної моделі з її зберезувальною та тренувальною стратегією, інтегративної – зі спрямованістю на осмислення та формування траєкторії професійного здоров'язбереження варто враховувати у межах реалізації практико орієнтованої діяльності як певні етапи досягнення запланованого результату – *здорового способу життя*.

Розробка педагогічної моделі у межах експериментальної роботи передбачала реалізацію двох завдань: 1) створення авторської моделі об'єкта дослідження на основі накопичення певного обсягу знань про нього, обґрунтування необхідності використання методу моделювання, відбору найбільш суттєвих характеристик та змін об'єкту. Результатом виконання цього завдання є побудова моделі системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників; 2) здійснення змістової характеристики кожного з блоків авторської моделі, проведення кількісного та якісного аналізу результатів вимірювання.

Для побудови оптимальної моделі врахуємо авторські підходи до виділення *структурних компонентів* моделей: ціле-мотиваційний, змістовий,

предметно-практичний, особистісний, рефлексивний<sup>245</sup>; мотиваційно-цільовий, формувально-процесуальний, результативно-оцінювальний<sup>246</sup>; мотиваційний, інтелектуальний, емоційний, діяльнісний<sup>247</sup>; ціле-мотиваційний; інформаційний; діяльнісний; емоційно-ціннісний та творчо-пошуковий<sup>248</sup>; цільовий, методологічний, дидактичний<sup>249</sup>; концептуальний, змістово-технологічний, оцінно-результативний<sup>250</sup>.

Відповідно, з опорою на мету і завдання наукового пошуку, побудуємо *модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження педагогічних працівників* на основі включення таких структурних компонентів: *цільовий* (відображає державне замовлення, мету та завдання перетворювальної здоров'язбережувальної діяльності на основі дієвого концептуального забезпечення (рекреалогічного підходу), *змістовий* розкриває характер експериментальної роботи, де особливе місце відводиться авторській програмі роботи творчої групи "Школа сприяння здоров'ю", *процесуальний* (охоплює систему орієнтованих на збереження та зміцнення здоров'я форм, методів та засобів) *та діагностувально-результативний* (представлений на основі критеріїв, показників та ступенів збалансованості показників професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти) блоки (див. рис. 2.2).

Модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження педагогічних працівників розкриває особливості структури (елементи та їх процесуальна спрямованість), послідовність, зв'язок компонентів і загалом особливості конструювання змісту здоров'язбережувальної діяльності педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.

<sup>245</sup>Котенко, Е. Н., 2003. *Аудиовизуальная поддержка студентов при решении профессионально-педагогических задач: на примере педагогических дисциплин* : дис. ... канд. пед. наук. Омск, с. 9.

<sup>246</sup>Бичок, А. В., 2010. *Формування культури професійного спілкування майбутніх фахівців міжнародного бізнесу і менеджменту* : автореф. дис. канд. пед. наук. Тернопіль, с. 10.

<sup>247</sup>Бугайова, Т. І., 2011. *Формування культури економічного мислення майбутніх географів у процесі професійної підготовки*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Ялта, с. 11.

<sup>248</sup>Спіріна, Т. П., 2009. *Формування професійної культури майбутніх соціальних педагогів у навчально-виховному процесі вищого навчального закладу*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Житомир, с. 10.

<sup>249</sup>Висоцька, Л. Є., 2001. *Формування професійної культури майбутніх фахівців кулінарного профілю у вищих професійних училищах* : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, с. 10.

<sup>250</sup>Ситникова, Ю. В., 2013. *Формування професійної культури майбутніх менеджерів на гендерних засадах*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, с. 9.

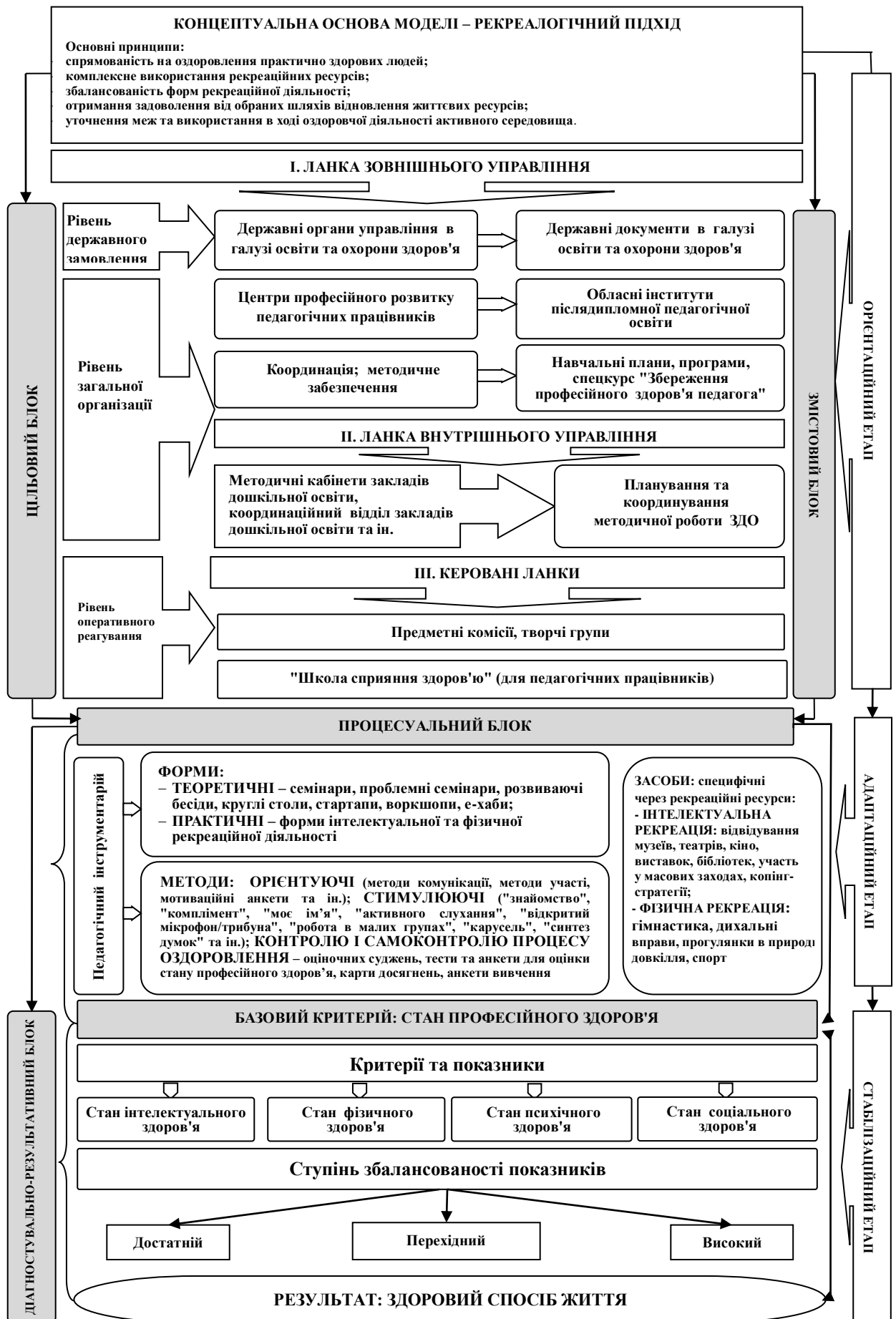


Рис. 2. 2. Модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження педагогічних працівників

Модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження педагогічних працівників розглядаємо з позицій опису та теоретичного обґрунтування її структурних складових. Обґрунтуємо кожен блок авторської моделі та розкриємо його змістову інтерпретацію у контексті розв'язання завдань дослідження.

Так, розробку *цільового блоку*, в умовах побудови моделі, представимо на основі "принципу проблемного соціокультурного цілепокладання", обґрунтованого М. Матюшкіною<sup>251</sup>. Його сутнісна характеристика полягає у поєднанні двох базових цінностей: цінностей окремої особистості та цінності існування всього суспільства. Таке поєднання не є супідрядним (відсутність ієрархії), воно існує як ціле, що дає можливість будувати мету комплексно. Застосування зазначеного принципу дає можливість виділити наступні рівні цілеутворення: рівень державного замовлення, загальної організації здоров'язбережувальної діяльності, рівень оперативного реагування, об'єднаних загальним завданням стратегічного характеру: покрокова (рівнева) побудова цілей та змісту методичної роботи в системі дошкільної освіти, спрямованого на оздоровлення педагогічних працівників та, як перспективний результат, збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я вихованців з урахуванням рекреалогічного підходу.

Розглянемо інтерпретацію рекреалогічного підходу до системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти в площині здоров'язбереження педагогічних працівників на кожному з рівнів цілеутворення, реалізуючи принцип від загального до конкретного.

*Рівень державного замовлення (I рівень цілеутворення)* визначає стратегію реалізації наукового пошуку з урахуванням ряду ключових положень державної політики у галузі охорони здоров'я. У межах розв'язання завдань експериментальної роботи за основу беремо лише ті, що визначають освітню складову профілактичних заходів (не акцентуючи увагу на сфері медичній).

---

<sup>251</sup>Матюшкіна, М. Д., 2010. Критерии качества постдипломного образования педагогических кадров. *Человек и образование*, № 1., с. 80–84.



Слід наголосити на тому, що національна політика в галузі охорони здоров'я повинна передбачати створення нової ідеології охорони здоров'я України, вироблення шляхів та засобів оптимальної організації на національному рівні охорони та поліпшення здоров'я, формування здорового способу життя, медичної та соціальної профілактики захворювань, реабілітації. Серед основних цілей нової ідеології охорони здоров'я виокремимо такі позиції: стимулювання державою соціальної спрямованості розвитку суспільства; упровадження нешкідливих технологій, що забезпечують охорону життя та здоров'я в процесі матеріально-технічного виробництва; забезпечення державою пріоритетного фінансування комплексних народногосподарських програм профілактики, своєчасного лікування, реабілітації та інших заходів щодо охорони здоров'я; заохочення державою підприємств та організацій, які активно інвестують пріоритетні напрями розвитку охорони здоров'я.

На рівні стратегічних цілей національної політики України в галузі охорони здоров'я передбачено зниження захворюваності та передчасної смертності різних груп населення за віковими, статевими, професійними, релігійними й іншими ознаками; подовження середньої тривалості життя людини при збереженні достатньої його якості; подовження трудового довголіття і соціальної активності людини; зниження негативного впливу середовища (природного та антропогенного) на стан здоров'я населення; радикальне вдосконалення системи медичної профілактики захворювань та їх ускладнень, а також реабілітації осіб, які втратили здоров'я.

Структура державної політики в умовах розбудови незалежної демократичної України визначається стратегією соціального вибору та масштабами суспільних перетворень і в цілому відбиває багатоаспектність існування й розвитку основних потреб та інтересів суспільства.

Стратегічною метою політики держави у сфері охорони здоров'я є: "поліпшення стану здоров'я населення, підвищення реальної доступності медичної допомоги для всіх його прошарків. Збереження і поліпшення

здоров'я забезпечує більш повне використання багатогранних можливостей людини, продовження тривалості активного працездатного періоду її життя та піднесення економічно значущих якісних характеристик населення. Здоров'я сприймається не стільки як здатність до фізичного благополучного існування, скільки як здатність до виконання соціально-трудових функцій, до відтворення сукупності людських здібностей та потреб узагалі"<sup>252</sup>.

Ступінь розвитку різноманітних здібностей, творчих можливостей особистості й повнота їх реалізації, інтенсивність та результативність життєдіяльності індивіда є не лише залежними, але й, певною мірою, похідними від стану його здоров'я. Виступаючи якісною характеристикою економічно активного населення, стан здоров'я нації безпосередньо зумовлює рівень продуктивності праці в суспільстві і значною мірою впливає на перспективи його соціально-економічного розвитку.

Як зазначає Е. Лібанова, *"в основу нової сучасної парадигми державної політики України у сфері охорони здоров'я має бути покладено розуміння того, що здоров'я людини – соціально-економічна цінність, а здійснення скоординованих дій, спрямованих на покращення здоров'я нації, – стратегічний пріоритет держави"*<sup>253</sup>.

Для підвищення якості впровадження базових положень державної політики у галузі охорони здоров'я необхідні не тільки змістовні та структурні зміни, але й суттєве підвищення функціональної результативності її реалізації. На наше переконання, суть цього завдання полягає в забезпеченні максимальної відповідності змісту, структури, функцій, методів і впливу державної політики цілям і вимогам суспільних трансформацій перехідного періоду на місцевому (регіональному) рівні.

Активними ланками, що забезпечують реалізацію експериментальної роботи *рівні загальної організації* (II рівень цілеутворення) методичні кабінети

<sup>252</sup>Пономаренко, В. М., Нагорна, А. М., Ткач, Л. І., та Гуменний, В. С., 1997. Концептуальні основи національної політики в галузі охорони здоров'я. *Українські медичні вісті.*, № 1 (56), с. 28–29.

<sup>253</sup>Лібанова, Е. М., ред., 2007. *Людський розвиток регіонів України: аналіз та прогноз*: кол. моногр. Київ: Ін-т демографії та соц. дослідж. НАН України, 328 с.

(центри) та інші науково-методичні установи, що підпорядковані місцевим органам управління освітою<sup>254</sup>.

Так, основним завданням *методичного кабінету (центру) від органів місцевого управління освітою* у галузі здоров'язбереження педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є *узагальнення, накопичення та впровадження досвіду збереження здоров'я, науково-методичне забезпечення здоров'язбережувальної діяльності, координація науково-методичної роботи, сприяння розвитку творчої ініціативи на місця у питаннях збереження та охорони здоров'я педагогічних працівників*.

У межах побудови авторської моделі зазначене завдання реалізується шляхом подальшої конкретизації завдань у системі післядипломної освіти на рівні конкретного закладу за погодженням із замовником (Закон України "Про освіту", ст. 47) (див. рис. 2.2).

Дійсно, регіональним інститутам післядипломної освіти надано повноваження визначати зміст освіти з урахуванням запитів конкретних ланок системи освіти. державних стандартів та освітньо-професійних програм шляхом укладання навчальних планів та навчально-тематичних програм<sup>255</sup>.

У цілому, заклад післядипломної педагогічної освіти, як державний навчальний заклад, націлений на реалізацію спеціалізованого вдосконалення освіти та професійної підготовки особи шляхом поглиблення, розширення і оновлення її професійних знань, умінь і навичок або отримання іншої спеціальності на основі здобутого раніше освітньо-кваліфікаційного рівня та практичного досвіду.

Розвиток післядипломної педагогічної освіти на сучасному етапі відповідає запитам держави, віддзеркалює її становлення як функціональної системи, вирішення в її межах завдань всебічного розвитку, збагачення загальної і професійної культури особистості вчителя. Функціонування такої системи орієнтоване на підготовку/перепідготовку висококваліфікованих

<sup>254</sup>Законодавство України, [online].Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/2628-14> [Дата зверн.].

<sup>255</sup>Положення про республіканський (Автономної Республіки Крим), області та Київський і Севастопольський міські інститути післядипломної педагогічної освіти. Наказ МОНУ. 17.11.2000, № 1119, п. 2.3, [online]. Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0651-01> [Дата зверн.].

фахівців, здатних зберегти і примножити свої духовні й життєві сили, розвинути і реалізувати творчий потенціал.

З метою удосконалення навчального процесу інститутів післядипломної освіти в контексті досліджуваної проблеми акцентуємо увагу на ряді завдань закладів післядипломної освіти у контексті збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.

Так, розв'язуючи актуалізоване питання збереження професійного здоров'я, заклад післядипломної педагогічної освіти має на меті:

- спрямовувати педагогічних працівників закладів дошкільної освіти до підвищення якості особистого та професійного життя шляхом повноцінного активного відпочинку та відновлення життєвих сил та ресурсів;
- готувати до включення у здоров'язбержувальну діяльність,
- забезпечити оволодіння арсеналом форм, методів, засобів, що дозволяють формувати культуру здоров'я вихованців.

Потенціал розв'язання проблеми здоров'язбереження педагогічних працівників міститься у конструюванні навчального плану та навчальної програми, яка "у межах конкретного закладу післядипломної освіти не тільки на конкретному рівні відбиває перспективно-тематичний блок навчального плану, але й вміщує години на викладання спецкурсів"<sup>256</sup>.

Так, у ході експериментальної роботи розроблено та апробовано авторський спецкурс "Збереження професійного здоров'я педагога", що включений у варіативну складову професійного модуля інститутів підвищення кваліфікації вчителів.

Особливістю побудови змісту окресленого спецкурсу (див. дод. Б) є включення тем, що забезпечують висвітлення професійного здоров'я педагогічних працівників як історико-філософського та психолого-педагогічного феномену на основі чіткого окреслення категоріального апарату. Особлива увага приділяється характеристиці напрямів практичної

---

<sup>256</sup>Орлова, О. А., 2014. *Підготовка вчителя до особистісного самовдосконалення учнів основної школи у післядипломній освіті*: дис. ... канд. пед. наук. Житомир, с. 123–128.

реалізації збереження професійного здоров'я педагогічними працівниками закладів дошкільної освіти на засадах рекреалогічного підходу.

Зазначаємо, оскільки ядром реалізації завдань дослідження є дошкільний навчальний заклад, детальної характеристики впровадження спецкурсу у тексті не подаємо. Матеріали для реалізації науково-методичного супроводу роботи зі спецкурсом розміщено у дод. Б.

Подальша конкретизації цільового блоку моделі відбувається на *рівні оперативного реагування* (III рівень цілеутворення) шляхом системної організації методичної роботи. Методична робота в закладі дошкільної освіти – поняття багатоаспектне, що передбачає: вивчення та моделювання освітнього процесу; супровід професійної компетентності педагогів, підвищення їхньої педагогічної майстерності; вивчення динаміки змін у розвитку дошкільників; консультативну допомогу педагогам; організацію партнерської взаємодії з батьками; вивчення, узагальнення та поширення перспективного педагогічного досвіду; створення сприятливого психологічного клімату в педагогічному колективі; добір та опрацювання методичної, наукової літератури тощо.

Як зазначалося вище, системна організація методичної роботи закладу дошкільної освіти здійснюється у ряді напрямів. Так, Л. Швайка виділяє такі з них<sup>257</sup>: "методологічна й теоретична підготовка (знання про закони розвитку природи, суспільства, осмислення програмних положень освітньої галузі, орієнтування в соціальній економічній політиці); методична підготовка (вивчення окремих методик, нових програм, підвищення кваліфікації); педагогічна підготовка (знання з дидактики та теорії виховання, опанування й застосування методів і прийомів активізації навчальної діяльності дошкільників, формування у них наукового світогляду); психологічна підготовка (використання психологічних знань для впливу на стан навчання й виховання особистості дитини).; загальнокультурна підготовка (обізнаність з питань етики та загальна культура спілкування, формування цілісних

<sup>257</sup>Швайка, Л. А., 2010. *Методична робота в ДНЗ*. Харків: Основа, с. 28.

орієнтирів)"<sup>258</sup>.

Оцінюючи спрямованість змісту методичної роботи закладу дошкільної освіти, зазначаємо: у загальному контексті його реалізація забезпечує збереження здоров'я педагогічних працівників у його багатовимірній характеристиці. Так, методологічна, методична, педагогічна підготовка створюють підґрунтя для інтелектуального благополуччя. Психологічна підготовка спрямована на збереження та примноження психічного здоров'я. Загальнокультурна – визначає характер соціальної та духовної складових професійного здоров'я<sup>259</sup>.

Визначаємо дві позиції, що потребують активного втручання та доопрацювання. По-перше, зазначені напрями (а вони є практично традиційними для реалізації у закладах дошкільної освіти) не охоплюють питань фізичного здоров'я як складової професійного. По-друге, зміст названих напрямів, як правило, не має системного відображення у контексті поєднання складових професійного здоров'я, тобто відсутня системність у розгляді питань професійного здоров'я.

Зважаючи на те, що методична робота закладу дошкільної освіти здійснюється на основі використання цілого комплексу загальних форм: *колективні* (педагогічні ради, педагогічні читання, науково-практичні конференції, семінари, виставки тощо), *групові* (методичні об'єднання, школи передового досвіду, школи молодого вихователя, наставництво, ініціативні групи та ін.), *індивідуальні* (самоосвіта, стажування, консультації тощо) (див. п. 2.1))<sup>260</sup>, розкриємо її зміст у площині здоров'язбереження на прикладі *роботи творчої групи* як однієї з динамічних форм методичної роботи.

Так, у межах експериментальної роботи розроблено програмне забезпечення та науково-методичний супровід роботи творчої групи *"Школа сприяння здоров'ю"*, основною метою діяльності якої визначено виховання свідомого ставлення до свого

<sup>258</sup>Швайка, Л. А., 2010. *Методична робота в ДНЗ*. Харків: Основа, с. 34.

<sup>259</sup>Осипенко, Т., 2011. *Здоров'язберезувальні технології у дошкільному навчальному закладі*. Київ, № 6, с. 42–48.

<sup>260</sup>Смирнов, Н. К., 2005. *Здоровьесберегающие образовательные технологии и технологии здоровья в школе*. Москва: АРКТИ, с. 66–68.

здоров'я та здоров'я інших, як найвищої соціальної цінності.

Конкретизація мети діяльності творчої групи відбувається у структурі завдань:

- ознайомити педагогічних працівників з базовими поняттями проблеми здоров'язбереження;
- окреслити концептуальні основи здоров'язбереження з опорою на специфіку професійно-педагогічної діяльності;
- розкрити зміст професійного оздоровлення педагогічних працівників на засадах рекреалогічного підходу;
- ознайомити педагогічних працівників з сучасними технологіями збереження професійного здоров'я;
- систематизувати сучасні засоби інтелектуальної та фізичної рекреалогічної діяльності та визначити практико орієнтовані напрями їх використання;
- озброїти засобами реалізації професійної та особистісної траєкторії здоров'язбережувальної діяльності;
- навчити здійснювати прогностичне обґрунтування здоров'язбережувальної діяльності;
- створити умови для включення педагогічних працівників до здоров'язбережувальної діяльності.

Відповідно до визначених завдань на розгляд та обговорення слухачам школи пропонується ряд тем, що забезпечують висвітлення проблеми професійного здоров'я як історико-філософського та психолого-педагогічного феномену шляхом уточнення категоріального апарату окресленої проблеми, теоретичних основ, напрямів практичної реалізації на засадах рекреалогічного підходу тощо (див. табл. 2. 3).

Найбільшою популярністю серед слухачів школи користуються практикоорієнтовані заходи, що реалізуються через оздоровчі форми та методи, засоби інтелектуальної та фізичної рекреації (див. п. 2.2).

Таблиця 2.3

## Тематика роботи "Школи сприяння здоров'ю"

№ з/п	Тема заняття	Теоретичні	Практичні	Сам. робота	Всього годин
<b>Предметно-методична складова</b>					
Тема 1.	Особливості професійно-педагогічної діяльності педагогічних працівників закладів дошкільної освіти: здоров'язбережувальна складова.	4	6	4	14
Тема 2.	Загальна характеристика професійного здоров'я.	4	6	4	14
Тема 3.	Сучасні підходи до збереження професійного здоров'я педагогічних працівників: рекреаційний аспект.	4	6	4	14
Тема 4.	Технології здоров'язбереження.	4	6	4	14
Тема 5.	Інтелектуальна рекреаційна діяльність як засіб попередження професійного вигорання.	4	6	4	14
Тема 6.	Сучасні засоби фізичної рекреаційної діяльності.	4	8	4	16
Тема 7.	Основи техніки скандинавської ходи.	4	8	4	16
<b>Оцінювально-аналітична складова</b>					
Тема 8.	Здоров'язбережувальна діяльність: прогностичне обґрунтування шляхів реалізації.	6	8	4	18
<b>Всього годин:</b>		<b>34</b>	<b>54</b>	<b>32</b>	<b>120</b>



Реалізація *процесуального блоку* авторської моделі системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині здоров'язбереження педагогічних працівників передбачає не тільки засвоєння запропонованого змісту, але й певну організацію роботи школи/творчої групи, використання форм, методів, засобів здоров'язбереження на засадах рекреалогічного підходу.

Відзначимо, що *життєві уміння й навички збереження здоров'я*, які не тільки забезпечують ефективність виконання завдань у професійній діяльності, але й складають підґрунтя для підвищення якості життя в цілому, будемо розглядати як цілісну динамічну систему осмислених дій, що ґрунтується на знаннях проблеми збереження професійного здоров'я, його структури, принципів та особливостей та забезпечує реалізацію ним здоров'язбережувальних заходів у межах розробленої здоров'язберігаючої траєкторії на засадах рекреалогічного підходу.

У побудові моделі *діагностувально-результативний блок* зумовлює оцінювання, аналіз та узагальнення досягнутих результатів в процесі здоров'язбережувальної діяльності педагогічних працівників, що реалізується шляхом включення їх у методичну роботу та визначає *спосіб її життя*.

Як зазначає Ю. Бойчук, здоров'я особистості (колективу, суспільства) безпосередньо залежить від способу життєдіяльності, який визначається способом виробництва, рівнем та якістю життя, сукупністю природно-географічних, екологічних, суспільно-історичних умов та мотиваційно-ціннісних настанов. Саме в найбільш істотних формах життєдіяльності людини, тобто в способі життя буде проявлятися її здоров'я – у тому числі адаптація до умов навколишнього середовища, гармонія всіх функціональних систем, здатність повноцінно виконувати соціальні функції<sup>261</sup>.

У науковій літературі "спосіб життя" розглядається як інтегративний *спосіб буття* індивіда в зовнішньому і внутрішньому світі, як система взаємин індивіда із самим собою та факторами зовнішнього середовища.

---

<sup>261</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 11.

Іншими словами, *"спосіб життя – це біосоціальна категорія, що інтегрує уявлення про певний тип життєдіяльності людини і характеризується її трудовою діяльністю, побутом, формою задоволення матеріальних і духовних потреб, правилами індивідуальної й суспільної поведінки"*<sup>262</sup>.

При дослідженні категорій "способу життя" виділено низку показників, основними з яких є рівень, якість і стиль життя. У даній структурі найбільш значущим є стиль життя, під яким розуміється спосіб здійснення чого-небудь, що відрізняється сукупністю різноманітних прийомів<sup>263</sup>.

Спосіб життя як наявність корисних звичок, що зміцнюють природний ресурс здоров'я, і відсутність шкідливих, що руйнують його, називають *"здоровим способом життя"*<sup>264</sup>. Аналіз наукових джерел (Г. Апанасенко, І. Брехман, В. Казначеев та ін.), свідчить про те, що здоровий спосіб життя розглядається як визначальний чинник здоров'я, а на думку Ю. Бойчука, є *критерієм оцінки способу буття, способу життя людини*<sup>265</sup>. Такі висновки й склали підґрунтя для вибору цієї категорії для оцінки результативності досліджуваного явища – професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.

Поняття здорового способу життя людей в цілому розглядається як один із пріоритетних напрямів розвитку суспільства. Значущість формування цінностей здорового способу життя обумовлена необхідністю збереження і примноження здоров'я людей і вдосконалення їх фізичного, психічного соціального і духовного благополуччя. Добре самопочуття, фізична працездатність є умовою і базисом для розкриття творчого потенціалу особистості, її професійної самореалізації. Від того, наскільки ефективно вдається сформувати і закріпити спрямованість на здоров'язбереження, залежить спосіб життя людини, стан її

<sup>262</sup>Єфімова, В. М., 2012. Здоров'язбережувальна діяльність у школах здоров'я: зарубіжний досвід. *Порівняльно-педагогічні студії*, № 3 (13). с. 98–103.

<sup>263</sup>*Философский энциклопедический словарь*. Москва: Советская энциклопедия, 1989, с. 482.

<sup>264</sup>Гриньова, М. В., 2017. Про необхідність предметної спеціалізації "Здоров'я людини" для підготовки майбутнього вчителя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 434.

<sup>265</sup>Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 11.

здоров'я, отже її благополуччя і задоволеність життям<sup>266</sup>; <sup>267</sup>.

Здоровий спосіб життя розглядають як:

– "оптимальний фізичний, психоемоційний, функційний стан організму за рахунок регулярної рухової активності, правильного харчування, систематичного загартовування, спеціальних вправ, що зміцнюють дихальну, серцево-судинну, нервову систему"<sup>268</sup>. Інакше кажучи, це процес виконання певних норм, правил, вимог, що забезпечує комфортне самопочуття і високий рівень життєдіяльності;

– "поведінка, яка сприяє задоволенню базових потреб і досягненню загального благополуччя: гарного самопочуття, гармонії внутрішнього стану, збалансованих стосунків із оточенням, інтелектуального та духовного розвитку"<sup>269</sup>;

– "невід'ємна складова частина соціального способу життя, що забезпечує всебічне розкриття творчих здібностей, раціональне використання інтелектуальних та фізичних ресурсів кожної людини в інтересах суспільного розвитку і всебічного задоволення особистих потреб, заснованих на високій моральності"<sup>270</sup>;

– "типіві й істотні для даної суспільно-економічної формації форми життєдіяльності людей, що зміцнюють природні можливості організму людини та сприяють повноцінному виконанню нею спеціальних функцій, досягнення активного творчого довголіття"<sup>271</sup>.

<sup>266</sup>Шкодінa, А. Д., Беляєв, І. С., та Беляєва, О. М., 2017. Здоровий спосіб життя: минуле і сьогодення. *Педагогіка здоров'я: зб. наук. праць VII Всеукр. наук-практ. конф.* Чернігів: ЧНТУ, т. 1, с. 573–578.

<sup>267</sup>Денисенко, Н., 2007. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним. *Дошкільне виховання*. Київ, № 7, с. 8–10.

<sup>268</sup>Єфімова, В. М., 2012. Здоров'язбережувальна діяльність у школах здоров'я: зарубіжний досвід. *Порівняльно-педагогічні студії*, № 3 (13). с. 98–103.

<sup>269</sup>Успенська, В., 2009. Впровадження здоров'язберігальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі – вимога часу. *Рідна школа*, № 4. с. 45.

<sup>270</sup>Черевиченко, Т., 2014. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх вихователів. *Sustainable development – scientific debut*. Warszawa: Wyższa Szkoła Menedżerska w Warszawie im. prof. Leszka J. Krzyżanowskiego, с. 299–309.

<sup>271</sup>Бутов, Р. С., 2009. Здоровий спосіб життя як один з основних чинників збереження та зміцнення здоров'я. *Вісник Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, вип. 2., с. 144–146.

Узагальнюючи базові характеристики поняття "здоровий спосіб життя", зазначаємо, що його істотною стороною є гармонійність соціально-біологічних функцій людини, обумовлена відповідністю фізичного і духовного розвитку особистості. Здоровий спосіб життя і його реалізація залежать не тільки від об'єктивних, а й від суб'єктивних чинників, рівня свідомості і загальної культури людини. Саме тому здоровий спосіб життя можна цілеспрямовано формувати.

Разом з тим здоровий спосіб життя реалізується в повсякденному житті кожної людини. Він відображає, перш за все, інтегральну характеристику взаємозв'язку індивідуального здоров'я з безліччю факторів довкілля і тому може бути критеріальною категорією, яка може свідчити про спрямованість еволюції здоров'я населення. Отже, якщо при взаємодії факторів середовища з індивідумом зберігається стан біологічної норми, то можна говорити про здоровий спосіб життя; при появі пограничних станів, станів напруги і перенапруги можна говорити про неблагополучний рівень їх взаємодії й умовно здоровий спосіб життя; в разі ж переходу цих станів у хворобу або раптового розвитку хвороби – про нездорове життя<sup>272</sup>.

Аналітичний підхід дозволяє виділити основні компоненти здорового способу життя:

1. Особиста поведінка, що сприяє підвищенню захисних сил організму: розумний режим праці та відпочинку; раціональне харчування; оптимальний руховий режим; заняття фізичною культурою; загартовування; дотримання правил особистої гігієни; дотримання норм і правил психогігієни; сексуальна культура; медична активність, динамічне спостереження за своїм здоров'ям<sup>273</sup>.

2. Особиста поведінка, спрямована на боротьбу зі шкідливими звичками: утримання від тютюнопаління та зловживання спиртними напоями; недопущення самолікування у відповідальних медичних випадках.

<sup>272</sup>Борщик, Л. М., Титаренко, Л. В., Савіна, О. Г., та Павленко, О. В., 2017. Основні чинники негативного та позитивного впливу на здоров'я. . *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 60.

<sup>273</sup>Дудяк, В., 2007. *Емоційне вигорання*. Київ, с. 126.

Здоровий спосіб життя у контексті актуалізованої проблеми будемо розглядати як активну цілеспрямовану форму поведінки, що забезпечує збереження і тривале підтримання інтелектуального, фізичного, психічного і соціального здоров'я, а також підвищення адаптаційних можливостей організму, що забезпечується сукупністю рекреаційними засобами оздоровлення.

Формування здорового способу життя – багатопланове, комплексне завдання, для успішного вирішення якого необхідні зусилля всіх ланок державного і громадського механізмів, широка участь всіх свідомих членів суспільства. Відповідно й корегування здорового способу життя, професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти проходить із урахуванням збалансованості якісних та кількісних характеристик стану професійного здоров'я. Це дозволяє ефективно оцінювати зміст досягнутих результатів, прогнозувати нові досягнення; вдосконалювати механізми, які сприяють успішному виконанню завдань здоров'язбереження, виявляти й перевіряти фактори, які гальмують його тощо. Ефективність розробленої моделі перевіримо у наступному розділі дисертаційного дослідження.

### ***Висновки до другого розділу***

У другому розділі схарактеризовано специфіку методичної роботи закладів дошкільної освіти, особливості використання рекреалогічного підходу до організації здоров'язбережувальної діяльності у системі методичної роботи, представлено модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників.

Загальну стратегію оздоровлення педагогічних працівників закладів дошкільної освіти визначено ключовим засобом збереження та зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини, а дієвим шляхом реалізації поставленого завдання – методичну роботу. Наголошено на

комплексному та системному характері методичної роботи закладу дошкільної освіти з визначенням її ланок (компонент): *керуючі (зовнішнього управління* – центри професійного розвитку, інститути післядипломної педагогічної освіти; *внутрішнього управління* – педагогічна рада, адміністративний орган управління (директор ЗДО), методичний кабінет/науково-методичний центр/інформаційно-аналітичний та координаційний відділи) та *керовані* (вихователь-методист, відділення/об'єднання за спеціальностями, предметні комісії, творчі групи, творчі лабораторії, тимчасові комісії з питань методичної роботи, експертні групи, атестаційна комісія).

У площині основних напрямів методичної роботи виокремлено найбільш перспективні для реалізації здоров'язбережувальних заходів. Здійснено характеристику методичної роботи, що включає просвітницькі та профілактичні заходи, спрямовані на вивчення, моделювання процесу здоров'язбереження педагогічних працівників, організацію науково-методичного супроводу у попередженні, корегуванні та подоланні впливу несприятливих чинників на ефективність їхньої професійної діяльності та якість життя.

Доведено, що ефективним засобом переосмислення людиною значення збереження здоров'я, навичок його формування та зміцнення є рекреалогічний підхід. У результаті аналізу наукових джерел у галузі здоров'язбереження та рекреалогії виокремлено ключові принципи, що забезпечують його дієвість у межах завдань дослідження: комплексне використання *рекреаційних ресурсів* – компонентів природного середовища і феноменів соціокультурного характеру, які завдяки певним властивостям (унікальність, оригінальність, естетична привабливість, лікувально-оздоровча значущість тощо) підвищують ефективність використання базових *форм рекреаційної діяльності*; *збалансованість* форм рекреаційної діяльності, отримання задоволення від обраних шляхів відновлення життєвих ресурсів, використання активного середовища.

Обґрунтовано модель системної організації методичної роботи закладів дошкільної освіти у площині збереження професійного здоров'я педагогічних працівників, що вміщує цільовий, змістовий, процесуальний та діагностувально-результативний блоки.

У цільовому блоці моделі визначено мету та завдання перетворювальної здоров'язбережувальної діяльності на основі дієвого концептуального забезпечення (рекреалогічного підходу). Змістовий блок розкриває характер експериментальної роботи, де особливе місце відводиться авторській програмі творчої групи "Школа сприяння здоров'ю". Процесуальний – охоплює систему орієнтованих на збереження та зміцнення здоров'я форм, методів та засобів. Результативний блок моделі представлений на основі критеріїв, показників та ступенів збалансованості показників професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. Доведено, що результатом упровадження авторської моделі є здоровий спосіб життя.

Викладені в розділі теоретичні узагальнення та авторські наукові висновки представлено в таких наукових публікаціях: [4; 6; 7; 9; 10; 12; 13; 19].

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абу Хамид аль-Газали, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Абу\\_Хамид\\_аль-Газали](https://ru.wikipedia.org/wiki/Абу_Хамид_аль-Газали) [Дата зверн. 17.05.2016].
2. Акімов, А. Є., 1998. Наука про енергетичну суті світогляду. Фізичні моделі світу. Сходинки майбутнього синтезу. *Сучасний стан культури і проблеми духовно-етичного виховання людини*: мат. межд. общ.-практ. конф. Мінськ: ІП "Лотаць", с. 30–47.
3. Акмаева, Р. И., 2006. *Стратегическое планирование и стратегический менеджмент*: учеб. пособие. Москва: Финансы и статистика, 208 с.
4. Активний відпочинок, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний\\_відпочинок](https://uk.wikipedia.org/wiki/Активний_відпочинок) [Дата зверн. 02.05.2014].
5. Алексеенко, В. А., 2007. *Системный подход к управлению качеством образовательной деятельности вузов России*. Москва: Из-во Национального института бизнеса, с. 26.
6. Алкмеон Кротонский, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Алкмеон\\_Кротонский](https://ru.wikipedia.org/wiki/Алкмеон_Кротонский) [Дата зверн. 17.05.2016].
7. Ананьев, В. А., 2006. Основы психологии здоровья. *Концептуальные основы психологи здоров'я*. Санкт-Петербург: Речь, с. 64.
8. Ананьев, В. А., 1995. Психология здоровья: синтез знаний о личностном росте. *Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы*. Москва, № 3, с. 54–67.
9. Андрющенко, Т. К., 2007. *Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ: Інститут проблем виховання АПН України.
10. Андрющенко, Т. К., 2013. Аксіологічний аспект проблеми формування здоров'язберезувальної компетентності в дітей дошкільного віку. *Нова педагогічна думка*. Рівне, 1, с. 78–81.
11. Андрющенко, Т. К., 2012. Проблема формування здоров'язберезувальної компетентності у контексті педагогічної



- спадщини О. А. Захаренка. *Педагогічні науки. Вісник Черкаського університету*. Черкаси, 6 (219), с. 3–6.
12. Андрющенко, Т. К., 2017. Підвищення якості професійної підготовки майбутніх вихователів ДНЗ з питань збереження здоров'я дітей. *Педагогічні науки: зб. наук. пр.* Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, № 3 (58), с. 11–16.
  13. Андрющенко, Т. К., 2020. *Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку: навч.-метод. комплекс*. Черкаси: КНЗ "ЧОПОПП ЧОР", 120 с.
  14. Андрющенко, Т. К., 2016. Формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей у різновікових групах ДНЗ. *Педагогічні науки. Науковий вісник. ПНПУ ім. К. Д. Ушинського*. Одеса, № 4 (111), с. 3–17.
  15. Антонова, О. Є., 2001. Словник базових понять курсу "Педагогіка". *Технології професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів: навчальний посібник*. Житомир, с. 230.
  16. Апанасенко, Г. Л., и Попова, Л. А., 2011. Индивидуальное здоровье: теория и практика. *Введение в теорию индивидуального здоровья*. Киев: Медкнига, с. 16.
  17. Архангельский, С. И., 1980. *Учебный процесс в высшей школе и его закономерные основы и методы: учеб.-метод. пособ.* Москва: Высшая школа.
  18. Бабанский, Ю. К., 1974. Результаты исследования деятельности учителей. *О дидактических затруднениях в деятельности учителей и путях их преодоления*. Москва: НИИ школ, с. 22–64.
  19. Баевский, Р. М., 1993. Донозологическая диагностика в оценке состояния здоровья. *Валеология: диагностика, средства и практика обеспечения здоровья*. Санкт-Петербург, с. 33–48.
  20. Байкова, Л. А., 2008. Сущность социального здоровья детей и молодежи, его критерии, показатели и диагностика. *Психология здоровья: психическое, психологическое и социальное здоровье гендерно-возрастных групп населения*. Рязань, с. 243.

- 21.Бейдик О. О., 2004. *Методологія та методика аналізу рекреаційно-туристських ресурсів України*: дис. ... д-ра географ. наук. Київ.
- 22.Бельорін-Еррера, О. М., та Корженко, І. О., 2017. Концепція здоров'яорієнтованого світогляду. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 244.
- 23.Беспалько, В. П., 1989. *Слагаемые педагогической технологии*. Москва: Педагогика.
- 24.Бичок, А. В., 2010. *Формування культури професійного спілкування майбутніх фахівців міжнародного бізнесу і менеджменту*: автореф. дис. канд. пед. наук. Тернопіль.
- 25.*Бібліотека – громада: відкритий простір*, [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/255-programi-proekti/2899-proekt-biblioteka-hromada-vidkrytyi-prostir> [Дата зверн. 20.11.2015].
- 26.Блашко, Е. Н. *Формирование культуры здоровья студента в процессе физического воспитания*, [online]. Режим доступу: [http://media.miu.by/files/store/items/uses/xix/mim\\_uses\\_xix\\_11023.pdf](http://media.miu.by/files/store/items/uses/xix/mim_uses_xix_11023.pdf) [Дата зверн. 22. 08. 2017].
- 27.Богініч, О. Л., 2008. Сутність здоров'язберігаючого середовища у життєдіяльності дітей дошкільного віку. *Педагогіка*. Івано-Франківськ : ПНУ ім. В. Стефаника, вип. XVII-XVIII., с. 191–199.
- 28.Божук Т. І., 2014. *Рекреаційно-туристичні дестинації: теорія, методологія, практика*: дис. ... д-ра геогр. наук. Львів.
- 29.Бойченко, Т. Є., 2005. *Освітні програми формування здорового способу життя молоді*. Київ: Укр. Ін.-т соціальних досліджень.
- 30.Бойчук, Ю. Д., ред., 2017. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*: кол. монограф. Харків: Вид. Рожко С. Г.
- 31.Бойчук, Ю. Д., та Науменко, Н. В., 2015. *Духовне здоров'я молодших школярів: теоретикометодичні аспекти формування*: метод. реком. для викл. вищ. пед. навч. закл. Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, с. 2.

32. Бойчук, Ю. Д., та Наumenко, Н. В., 2017. Духовне здоров'я: науковий аналіз поняття. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 16.
33. Борщик, Л. М., Титаренко, Л. В., Савіна, О. Г., та Павленко, О. В., 2017. Основні чинники негативного та позитивного впливу на здоров'я. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 60.
34. Брехман, И. И., 1990. *Валеология – наука о здоровье*. 2-е изд., доп., и перераб. Москва: Физкультура и спорт.
35. Бугайова, Т. І., 2011. *Формування культури економічного мислення майбутніх географів у процесі професійної підготовки*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Ялта.
36. Бусел, В. Т., ред., 2003. *Великий тлумачний словник сучасної української мови*. Київ, Ірпінь: Перун, с. 257.
37. Бутиріна, М., 2016. Шляхи попередження професійного вигорання педагогів. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Дрогобич : Посвіт, вип. 15, с. 265–271.
38. Бутов, Р. С., 2009. Здоровий спосіб життя як один з основних чинників збереження та зміцнення здоров'я. *Вісник Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Кам'янець-Подільський, вип. 2., с. 144–146.
39. Вакуленко, О. В., 2017. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 301.
40. Васильєва, О. С., 1997. Исследование представлений о здоровом образе жизни. *Психологический вестник РГУ*. Ростов-на-Дону, вып. 3, с. 420–429.
41. Васильєва, О. С., 2001. *Психология здоровья человека*. Москва: Издательский центр "Академия", с. 17–18.
42. Вачков, І. В., 2007. *Структура професійної самосвідомості*. Київ: Шкільний світ, с. 12–18.

43. Вашук, Л. Середньовічна медицина, або Як лікувалися у "темні віки". *Історична правда*, [online]. Режим доступу: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2018/10/10/153066/> [Дата зверн. 22.07. 2016].
44. Вербина, Г. Г., 2011. Качество жизни и профессиональное здоровье специалиста. *Альманах современной науки и образования*. Москва, № 4 (47), с. 118–120.
45. Вернадский, В. И. *Несколько слов о ноосфере*, [online]. Режим доступу: <http://vernadsky.lib.ru/e-texts/archive/noos.html> [Дата зверн. 22.07.2016].
46. Вернадський, В. И., Казначеев, В. П., и Спирин, Е. А., 1991. *Космопланетарный феномен человека*. Новосибирск: Наука.
47. Верхорубова, О. В., 2012. Многообразие определений феномена "культура здоровья". *Вестник ТГПУ*. Томск, № 5 (120), с. 161–164.
48. Визгин, В. П., 1987. Образ истории науки в трудах Жоржа Кангилема. *Современные историко-научные исследования (Франция)*. Москва, с. 104–140.
49. Виленский, М. Я., 1999. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. Москва, № 4, с. 27–32.
50. Висоцька, Л. Є., 2001. *Формування професійної культури майбутніх фахівців кулінарного профілю у вищих професійних училищах*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ.
51. *Вітторіно да Фельтре*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Вітторіно\\_да\\_Фельтре](https://uk.wikipedia.org/wiki/Вітторіно_да_Фельтре) [Дата зверн. 20.06.2016].
52. *Воркишоп*, [online]. Режим доступу: <https://osvita.ua/vnz/add-education/glossary/7701/> [Дата зверн. 20.06.2016].
53. *Втома на роботі і безпека праці*", [online]. Режим доступу: <https://pon.org.ua/novyny/6053-vtoma-na-robot-bezpeka-prac.html> [Дата зверн. 26.07.2016].
54. *Втома на роботі і безпека праці*, [online]. Режим доступу: <https://pon.org.ua/novyny/6053-vtoma-na-robot-bezpeka-prac.html> [Дата зверн. 21.06.2016].

- 55.Выдрин, В. М., 1989. Физическая рекреация – вид физической культуры. *Теория и практика физической культуры*. Москва, № 3, с. 2–4.
- 56.Гаврилов, Д. Н., Романова, Е. Е., и Малинин, А. В., 2003. Двигательная активность и долголетие: организационные и методические аспекты. *Теория и практика физической культуры*. Москва. № 3, с. 9–12.
- 57.Гаркави, Л. Х., 1996. Понятие здоровья с позиции теории неспецифических адаптационных реакций организма. *Валеология*. Москва, № 2, с. 15–20.
- 58.*Геокешинг*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Геокешинг> [Дата зверн. 18.05.2016].
- 59.Гирич, З., та Прасол, В., 2010. Структурно-функціональна модель системи науковометодичної роботи в дошкільному навчальному закладі. *Освітні технології. Теорія і практика управління соціальними системами*. Київ, с. 123–131.
- 60.Говорушина, Т. К., 2005. *Особенности формирования здоровьесберегающей среды в учреждении дополнительного образования детей*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Великий Новгород.
- 61.Головкіна В. В., 2020. *Застосування елементів аквафітнесу й інтервального гіпоксичного тренування в системній підготовці плавців 11-12 років*: дис... д-ра філософії. Вінниця.
- 62.Гончаренко, С., 1997. *Український педагогічний словник*. Київ: Либідь, с. 300.
- 63.Горащук, В. П., 2006. Формування культури здоров'я дітей та учнівської молоді засобами масової інформації. *Проблеми освіти: наук.-метод, зб.* Київ: ПТЗО, вип. 49., с. 48–52.
- 64.Гриньова, М. В., 2017. Про необхідність предметної спеціалізації "Здоров'я людини" для підготовки майбутнього вчителя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 434.
- 65.Гудзий, Н О., сост., 1973. *Хрестоматия по древнерусской литературе*. Москва: Просвещение.

66. Гулиева, С. А., 2002. *Педагогические формы и технологии формирования профессионально-педагогической культуры студентов – будущих учителей начальных классов*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва: РГБ.
67. Гудзь, П. В., 2001. *Економічні проблеми розвитку курортно-рекреаційних територій*. Донецьк: Юго-Восток ЛТД, с. 10.
68. Давидович, В. В., 1997. Здоровье как философская категория. Валеология. Москва, № 1. с. 12–15.
69. Данильчук, Л. О., 2006. Вивчення проблеми формування професійного іміджу майбутніх фахівців крізь призму комунікативних аспектів. *Науковий вісник Волинського державного університету ім. Лесі Українки*. Луцьк, № 2, с. 102–107.
70. Денисенко, Н., 2007. Освітній процес має бути здоров'язберезувальним. *Дошкільне виховання*. Київ, № 7, с. 8–10.
71. Джуринский, А. Н., 2008. *Зарубежная педагогика*: учебн. пособ. для студентов вузов. Москва: Гардарики.
72. Дзюба, Т. М., Концептульні моделі професійного здоров'я особистості. *Актуальні проблеми психології*. Київ, том I. вип. 47, с. 8–14.
73. Дичківська, І. М., 2004. *Інноваційні педагогічні технології*: навч. посібник. Київ, с. 341.
74. *Діаграма Ішикаві*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Діаграма\\_Ішикави](https://uk.wikipedia.org/wiki/Діаграма_Ішикави) [Дата зверн. 22.06.2016].
75. Доорн, П. *Еще раз о методологии. Старое и прекрасное: "мыльная опера" о непонимании между историками и моделями*, [online]. Режим доступу: <http://kleio.asu.ru/aik/bullet/19/30.shtml> [Дата зверн. 22.06.2016].
76. Дружилов, С. А., 2012. Экология человека и профессиональное здоровье трудящихся: психологический поход. *Международный журнал экспериментального образования*. Москва, № 12 (1), с. 15–18.
77. Дубасенюк, О. А., 2011. *Концептуальні підходи до професійно-педагогічної підготовки сучасного педагога*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.

- 78.Дубасенюк, О. А., та Іванченка, В. А., ред., 2002. *Практикум з педагогіки: навч.посіб.* 2-ге вид., доп. і пер. Житомир:Житом.держ.пед.ун-т, с. 135.
- 79.Дубровский, В. И., 1999. *Валеология. Здоровый образ жизни.*Москва : ФЛИНТА, с. 41.
- 80.Дудяк, В., 2007. *Емоційне вигоряння.* Київ, с. 126.
- 81.Евсейчев, А. И. *Основы стартап менеджмента*, [online]. Режим доступу: <https://www.tstu.ru/book/elib3/mm/2014/Evseychev/> [Дата зверн. 22.06.2016].
- 82.Екатеринин, М. В., ред., 2006. *SWOT–аналіз. Методы менеджмента качества.* Москва, № 6, с. 54.
- 83.Євтух М. І., 2016. *Методика оздоровлення студентів ВНЗ під час професійної підготовки: дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту.* Івано-Франківськ.
- 84.Єрємєєва, В. М., 2000. *Технологія вивчення основ дидактики: метод.реком для викл. І студ.вищ.пед.навч.закл.* Житомир: Житом. держ. пед. ун-т, с. 46.
- 85.Єфімова, В. М., 2010. *Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* Київ, № 1, с. 57–60.
- 86.Єфімова, В. М., 2012. *Здоров'язбережувальна діяльність у школах здоров'я: зарубіжний досвід. Порівняльно-педагогічні студії.* Київ, № 3 (13). с. 98–103.
- 87.Житницький А. О., 2018. *Формування здорового способу життя старших підлітків у процесі занять пауерліфтингом: дис. ...канд. пед. наук.* Харків.
- 88.Загвязинский, В. И., 2001. *Методология и методы психолого-педагогического исследования.* Москва: Академия, с. 84.
- 89.Закон України "Про дошкільну освіту", [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text> [Дата зверн. 18.04.2017].
- 90.Законодавство України, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> [Дата зверн. 18.04.2017].
- 91.Законодавство України, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/2628-14> [Дата зверн. 18.04.2017].

92. "Заочний німецький абонемент (Україна)" Гете-Інституту, [online]. Режим доступу: <http://www.lib.zt.ua/ua/projects/node/79> [Дата зверн. 25.11.2015].
93. Здоров'я, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Здоров'я> [Дата зверн. 18.04.2017].
94. Зеер, Е. Ф., 1988. Профессиональное становление личности педагога. Свердловск, с. 34.
95. Зеер, Э. Ф., 2003. *Психология профессий*. Москва: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга.
96. Зязюн, І. А., 2008. *Філософія педагогічної дії*: монографія. Київ, Черкаси: Вид. від. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, с. 11–12.
97. Ибн Сина, [online]. Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Ибн\\_Сина](https://ru.wikipedia.org/wiki/Ибн_Сина) [Дата зверн. 18.04.2017].
98. Иванюшкин, А. Я., 1982. Здоровье и болезнь в системе ценностных ориентаций человека. *Вестник АМН СССР*. Москва, т. 45, № 1, с. 49–58.
99. Ильичев, Л. Ф., 1989. *Философский энциклопедический словарь*. Москва: Советская энциклопедия, 815 с.
100. Ильичев, Л. Ф., и Федосеев, П. Н., ред., 1983. *Философский энциклопедический словарь*. Москва: Советская энциклопедия, с. 586.
101. Івах, С., та Пантюк, Т., 2013. *Управління в системі дошкільної освіти*: навчально-методичний посібник. Дрогобич: Ред. вид. відділ ДДПУ імені Івана Франка, с. 57–58.
102. Іващук, Л. Ю., та Онишкевич, С. М., 2010. *Валеологія*: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан.
103. Калька, Н. М., 2013. Психологічні особливості впливу чинників професійного середовища на здоров'я педагога. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Львів, № 1, с. 285–294.
104. Калью, П. І., 1988. *Сущностная характеристика понятия "здоровье" и некоторые вопросы перестройки здравоохранения*. Москва: Обзорная информация, с. 39.
105. Камінська, Т. М., 2017. Соціально-економічна роль здоров'я у людському розвитку. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 46.



106. *Квест-змагання*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Квест\\_\(змагання\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Квест_(змагання)) [Дата зверн. 20.04. 2017].
107. Кемеров, В. Е., ред., 2004. *Современный философский словарь*. 3-е изд., испр. и доп. Москва: Академический Проект, с. 190.
108. Кенсицька І. Л., 2018. *Формування цінностей здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання*: дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту. Київ.
109. Кирпиченков, А. А., 2011. Компонентный состав здоровьесберегающей среды в дошкольном образовательном учреждении *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. Москва, № 1 (71), с. 51–54.
110. Ківшар, Т. І., 2004. Рекреаційна функція бібліотеки початку ХХІ століття. *Педагогічні та рекреаційні технології в сучасній індустрії дозвілля*: матеріали міжнародної науково-практичної конференції. Київ, 176 с.
111. Клименюк, А. В., Калита, А. А, и Бережная, Э. Н., 1988. *Методология и методика педагогического исследования. Постановка цели и задач исследования: учебник*. Киев: ГП ППО "Укрвузполиграф".
112. Ключева, Н. В., 2000. *Технологии работы психолога с учителями*. Москва: ТЦ "Сфера".
113. Колеснікова, І. В., 2017. *Розвиток медіакультури вчителів у закладах післядипломної педагогічної освіти*: дисертація ... к. п. н. Житомир.
114. *Копінг*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Копінг> [Дата зверн. 20.04. 2017].
115. Корж, Г. І., 2020. *Розвиток ціннісного ставлення до власного здоров'я у майбутніх фахівців з цивільної безпеки*: дис. ... доктора філософії. Львів.
116. Корогод, Н. П., 2005. Управління як необхідна умова вдосконалення науково-методичної роботи в навчальних закладах. *Рідна школа*. Київ, № 4, с. 45.
117. Костенко, В. А., 2008. *Формування професійної компетентності молодшого начальницького складу кримінально-виконавчих установ*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Хмельницький.

118. Костюченко, О. В., 2015. *Публічна бібліотека – центр інформаційного суспільства. Житомир*, [online]. Режим доступу: [http://www.lib.zt.ua/sites/default/files/publication/dosv\\_rob.pdf](http://www.lib.zt.ua/sites/default/files/publication/dosv_rob.pdf) [Дата зверн. 28.12.2015].
119. Котенко, Е. Н., 2003. *Аудиовизуальна підтримка студентів при вирішенні професійно-педагогічних задач: на прикладі педагогічних дисциплін*: дис. ... канд. пед. наук. Омск.
120. Коточігова, Е. В., Киселева, Т. Г., і Терещук, М. Н. *Активізація педагогічного мислення як основа реалізації здоров'єзберігаючих технологій в ДОО і початковій школі*, [online]. Режим доступу: [http://www.iro.yar.ru:8101/%20resource/distant/preschool\\_education/health/healthfl](http://www.iro.yar.ru:8101/%20resource/distant/preschool_education/health/healthfl) [Дата зверн. 16.07.2017].
121. Коцан, І. Я., 2011. *Психологія здоров'я людини*. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, с. 162.
122. Коцур, Н. І., та Товкун, Л. П., 2017. *Формування здоров'язберігальної компетентності в майбутніх педагогів у процесі професійної підготовки. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 446.
123. Коча І. А., 2019. *Формування здорового способу життя учнів початкової школи (друга половина XX - початок XXI століття)*: дис. ... канд. пед. наук. Тернопіль.
124. Краевський, В. В., і Бережнова, Е. В., 2006. *Методологія педагогіки: новий етап*: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. Москва: Академия, с. 16–17.
125. Кремень, В. Г., та Ільїн, В. В., 2005. *Філософія: мислителі, ідеї, концепції*: підручник. Київ: Книга, с. 27–28.
126. *Круглий стіл*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Круглий\\_стіл](https://uk.wikipedia.org/wiki/Круглий_стіл) [Дата зверн. 22.06.2017].
127. Круцевич, Т. Ю., Пангелова, Н. Є., та Пангелов, С. Б., 2013. *Історія розвитку фізичної рекреації*: навч. посіб. Київ: "Академвидав", 160 с.
128. Круцевич, Т. Ю., та Безверхня, Г. В., 2010. *Рекреація у фізичній культурі різних груп населення*: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 248 с.

129. Курлянд, З. Н., Хмелюк, Р. І., Семенова, А. В. та ін., 2007. *Педагогіка вищої школи*: навч. посіб., 3-тє вид., перероб. і доп. Київ: Знання, с. 220–224.
130. Кучинська, Л. Ф., 2014. Інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій в систему методичної роботи з педагогічними працівниками. *Формування професійної компетентності майбутніх педагогів дошкільної та початкової освіти: зб. наук. пр.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 192–201.
131. Кучинська, Л. Ф., 2017. Використання інтерактивних методів в системі семінарських занять з педагогами як засіб підвищення їх професійної компетентності. *Матеріали ІХ Міжнародного фестивалю педагогічних інновацій*. Черкаси: КНЗ "ЧОІПОПП" ЧОР, с. 254–260.
132. Кучинська, Л. Ф., 2017. Сучасні підходи до навчання дітей дошкільного віку правил безпеки. *Житомирщина педагогічна: ел-ий наук.-метод. журн. КЗ "Житомирський ОППО"*. Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, 1(5), с. 40–45.
133. Кучинська, Л. Ф., 2017. Формування екологічно доцільної поведінки старших дошкільників в контексті освіти для сталого розвитку. *Реалізація принципів педагогіки емпатерменту як ефективного механізму впровадження освіти для сталого розвитку дошкільників*: матер. Всеукр. наук.-практ. семінару. Житомир: КЗ. "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 62–67.
134. Кучинська, Л. Ф., 2018. Діяльнісний підхід до особистісного розвитку дитини старшого дошкільного віку через призму освітньої програми "Впевнений старт" *Креативна педагогіка: наук.-метод. журн.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, вип. 13, с. 77–81.
135. Кучинська, Л. Ф., 2019. Збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти як наукова проблема. *American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research*, 3 (14), с. 30–34.
136. Кучинська, Л. Ф., 2019. Збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти на засадах рекреаційного підходу. *Підготовка майбутніх фахівців у контексті становлення Нової української*

- школи: зб. наук. пр.* Житомир: ФОП "Н. М. Левковець", с. 275–280.
137. Кучинська, Л. Ф., 2019. Методологічні засади дослідження проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Тенденції розвитку педагогічної освіти в Україні: тези доп. XXI Міжнародної наук.-практ. конф.* Житомир: Житомирський держ. ун-т ім. Івана Франка, с. 112–117.
  138. Кучинська, Л. Ф., 2019. Педагогічні умови збереження професійного здоров'я фахівці закладів дошкільної освіти. *Інновації у професійній підготовці педагога в умовах євроінтеграції освітнього процесу: погляд науковців і практиків: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф.* Київ, с. 120–125.
  139. Кучинська, Л. Ф., 2019. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників в системі методичної роботи закладів дошкільної освіти. *Компетентнісні засади освітньо-виховного процесу в умовах ціложиттєвого навчання: зб. наук. пр. молодих дослідників.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, вип. 3, с. 135–144.
  140. Кучинська, Л. Ф., 2019. Сутність збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Педагогіка партнерства як основа розвитку суб'єктів освітньої діяльності в умовах Нової української школи: тези доп. регіональної наук.-практ. конференції.* Житомир: КЗ "Житомирський ОІППО" ЖОР, с. 91–96.
  141. Кучинська, Л. Ф., 2019. Теоретичні аспекти проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Проблеми освіти: зб. наук. пр., вип. 92,* с. 39–44.
  142. Кучинська, Л. Ф., 2020. Здоров'язбережувальні технології як складова збереження професійного здоров'я педагогів закладів дошкільної освіти. *Андрагогічний супровід особистісного та професійного зростання педагога: тези доп. регіональної наук.-практ. конф.* Житомир: КЗ "Житомирський ОІППО" ЖОР, с. 191–197.
  143. Кучинська, Л. Ф., 2020. Інноваційні підходи до організації методичної роботи з педагогами закладів дошкільної освіти. *Безперервний професійний розвиток*

*педагогічних працівників Нової української школи в умовах післядипломної освіти регіону: тези доп. регіональної наук.-практ. інтернет-конф. (онлайн). Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 68–73.*

144. Кучинська, Л. Ф., 2020. Методичні засади формування здоров'язберезувальної компетентності фахівців закладів дошкільної освіти. *Нові технології навчання: зб. наук. пр.*, вип. 94, с. 215–220.
145. Кучинська, Л. Ф., 2020. Модель збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Інноваційна педагогіка: наук. журн.*, вип. 23, с. 156–161.
146. Кучинська, Л. Ф., 2020. Організація методичної роботи у закладах дошкільної освіти на засадах збереження професійного здоров'я педагогічних працівників. *Освітні обрії: наук.-пед. журн.*, вип. 1 (5), с. 116–119.
147. Кучинська, Л. Ф., 2020. Педагогічні умови збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*. Житомир: Вид-во Житомирського держ. ун-ту імені І. Франка, вип. 1 (100), с. 24–32.
148. Кучинська, Л. Ф., 2020. Рекреалогічний підхід до збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. *Напрямки та сучасні фактори розвитку професійної компетентності педагога: суспільно-гуманітарні аспекти: тези доп.* Житомир: КЗ "Житомирський ОППО" ЖОР, с. 90–94.
149. Кучинська, Л. Ф., Сидорчук, Н. Г., 2019. Методологічні засади дослідження збереження проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти. *Нові технології навчання: зб. наук. пр.*, вип. 92, с. 170–177.
150. Лангмейер Й., и Матейчик З., 1984. *Психическая депривация в детском возрасте*. Прага: Авиценум.
151. Левінець, Н., 2011. *Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти*, [online]. Режим доступу. [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vird/2011\\_16/Pdf/18.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vird/2011_16/Pdf/18.pdf) [Дата зверн. 25.08.2017].

152. Лесгафт, П. Ф., *История медицины*, [online]. Режим доступу: [https://www.historymed.ru/encyclopedia/doctors/index.php?ELEMENT\\_ID=4968](https://www.historymed.ru/encyclopedia/doctors/index.php?ELEMENT_ID=4968) [Дата зверн. 22.06.2017].
153. Лесохиной, Л. Н., и Шадринной, Т. В., ред., 1991. *Центр образования взрослых*. Москва: Педагогика, с. 132–133.
154. Лившиц, В. Н., Лившиц, С. В., Тищенко, Т. И., и Фролова, М. П., 2012. Основы системного мышления и системного анализа. Системные исследования. *Методологические проблемы*. Москва: ЛЕНАНД, вып. 36, с. 9.
155. Лисицын, Ю. П., 1986. *Слово о здоровье*. Москва, с. 83.
156. Лібанова, Е. М., ред., 2007. *Людський розвиток регіонів України: аналіз та прогноз*: кол. моногр. Київ: Ін-т демографії та соц. дослідж. НАН України, 328 с.
157. Лук'янова . Ю. С., 2012. *Формування здоров'я особистості в умовах навчального закладу*: навчальний посібник. Харків: ХДАДМ, с. 115–129.
158. Лук'янова, Ю. С., 2009. Вимоги до використання здоров'язберігаючих освітніх технологій. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. пр. Харків: ХДАДМ, № 9, с. 76–78.
159. Лук'янченко, М., 2013. Теоретичні засади педагогіки здоров'я. *Проблеми гуманітарних наук. Філософія*. Київ, № 31, с. 106–117.
160. Лэнг, Р. Д., 1995. *Расколотое "Я"*. Санкт-Петербург: Белый Кролик.
161. Майтак, Т. М. Професійне здоров'я педагога. *Научные исследования: теория и практика*, [online]. Режим доступу: [http://конференция.com.ua/files/image/konf%208/sb8\\_3\\_3\\_.pdf](http://конференция.com.ua/files/image/konf%208/sb8_3_3_.pdf), с. 30–32 [Дата зверн. 22.06.2017].
162. Майтак, Т. М., 2012. Педагогічна діяльність як фактор формування професійної деформації особистості вчителя. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*: зб. наук. пр. Кривий Ріг, с. 177–181.
163. Макеев, М. В., 2001. *Нові технології формування здорового способу життя у дітей і підлітків в умовах сучасного позакласного закладу*. Харків, с. 223.

164. Маклаков, А. Г., 1996. *Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих*: дисс. ... доктора психол. наук. Санкт-Петербург.
165. Маруненко, І. М., и Тимчик О. В., 2016. *Медико-соціальні основи здоров'я*: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. Київ: Київськ. ун-т ім. Бориса Грінченка, с. 33–34.
166. Маслоу, А., Гиппенрейтер, Ю. Б., и Пузырей, А. А., ред., 1982. Самоактуализация. *Психология личности*: тесты. Москва: МГУ, с. 110–288.
167. Матюшкина, М. Д., 2010. Критерии качества постдипломного образования педагогических кадров. *Человек и образование*. Москва, № 1, с. 80–84.
168. *Медицина*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Медицина> [Дата зверн. 22.07.2017].
169. Мешко Г. М., 2013. *Теорія і практика підготовки майбутніх учителів до збереження і зміцнення професійного здоров'я*: дис. ... д-ра пед. наук. Тернопіль.
170. Мешко, Г. М., 2017. Чинники професійного здоров'я вчителя. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 126.
171. Мешко, Г. М., та Мешко, О. І., 2015. Детермінанти професійного здоров'я вчителя. *Педагогіка здоров'я*: збірник наукових праць V Всеукр. наук.-практ. конф., присв. 170-річчю з дня народження І. І. Мечникова. Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, с. 357–362.
172. Мешко, Г., 2012. Педагогічна діяльність як детермінанта професійного здоров'я вчителя. *Освіта регіону*. Київ, № 3, с. 327–328.
173. Мешко, О. І., та Мешко, Г. М., 2003. Синдром "емоційного згорання" вчителя у контексті професійної діяльності шкільного психолога. *Психолого-педагогічні засади професійного становлення особистості психолога*. Тернопіль, ч. 3., с. 104–112.
174. Мироненко, Н. С., и Твердохлебов, И. Т., 1981. *Рекреационная география*. Москва: Изд-во МГУ, с. 11.
175. Миськова, Н. М., 2018. Підготовка майбутніх вихователів до використання технологій вітагенного навчання у формуванні навичок сталого розвитку у дітей дошкільного віку. *Педагогіка та психологія: виклики і сьогодення*: матеріали

- міжнар. наук.-практ. конф. Київ: ГО "Київська наукова організація педагогіки та психології", с. 49–51.
176. Миськова, Н. М., 2018. *Підготовка майбутніх вихователів до формування навичок сталого розвитку*: навч.-метод. посіб. Хмельницький: ХГПА.
  177. Миськова, Н. М., 2018. Реалізація завдань програми "Дошкільнятам – освіта для сталого розвитку" як умова формування здоров'язбережувальної компетенції у молодших дошкільників. *Розвиток життєвої компетентності особистості в умовах освітніх трансформацій: виховний, психологічний, інклюзивний виміри*: матер. І всеукр. наук.-практ. конф. Херсон: Айлант, с. 38–41.
  178. Миськова, Н. М., 2018. Сучасні підходи до підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти. *Народна освіта*: електронне наукове фахове видання. Київ, № 2 (35), [online]: Режим доступу: [https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page\\_id=5326](https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5326) [Дата зверн. 22.06.2017].
  179. Миськова, Н. М., та Гончар, Н. П., 2020. Особливості саморозвитку вихователя закладу дошкільної освіти в умовах професійної діяльності. *Інноваційна педагогіка*: зб. наук. праць. Київ, вип. 25, т. 1, с. 163–166.
  180. Миськова, Н. Н., и Игнатюк, И. Г., 2016. Внедрение инновационных технологий в деятельность дошкольного учебного заведения. *Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы*: материалы VII Междунар. науч.-практ. семинар. Барановичи: БАРГУ, с. 101–103.
  181. Митина, Л. М., 1996. Профессиональное здоровье учителя: стратегия и технология. *Школа здоровья*. Москва, № 4. с. 55–57.
  182. Митяева, А. М., 2008. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособ. Москва: Академия, с. 85.
  183. Михайличенко, О. В., 2009. *Методика викладання суспільних дисциплін у вищій школі*: навчальний посібник. Суми: Сум ДПУ.
  184. Міляєва, В. Р., та Бреус, Ю. В., 2012. Емоційне здоров'я як складова професійної успішності майбутніх фахівців соціономічних професій. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології



- імені Г. С. Костюка. *Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. Київ. X (23), с. 416.
185. *Міністерство освіти і науки України*, [online]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennyaaprimirnogo-polozhennya-pro-metodichnij-kabinetzakladu-doshkilnoyi-osviti> [Дата зверн. 22.08.2016].
  186. Міхеєнко, О. І., 2016. *Основи раціонального та оздоровчого харчування*: навч. посіб. Суми: Університетська книга.
  187. Міхеєнко, О. І., 2017. Зміст професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини як стратегічний чинник забезпечення здоров'я населення України. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, № 5 (69), с. 298.
  188. Міхеєнко, О. І., 2017. Особиста відповідальність за стан свого здоров'я як стратегічний принцип оздоровчої практики. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 238.
  189. Могильний, Ф. В., 2017. Модель формування здорового способу життя. . *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 320.
  190. Мойсеюк В. П., 2018. *Формування культури професійного здоров'я майбутніх соціальних педагогів*: дис. ... канд. пед. наук. Тернопіль.
  191. Морванюк, В. Ю., 2017. Наукові підходи до проблеми здоров'язбереження. *Медсестринство*. Тернопіль, № 4, с. 27.
  192. Морозов, М. А., Морозова, Н. С., Карпова, Г. А., и Хорева, Л. В., 2002. *Менеджмент туризма: економіка туризма*. Москва: Финансы и статистика, с. 18.
  193. Музиченко-Козловська О. В., 2007. *Економічне оцінювання та регулювання туристичної привабливості території*: дис... канд. екон. наук. Львів.
  194. Нагаєв, В. М., 2007. *Методика викладання у вищій школі*: навчальний посібник. Київ: ЧП.
  195. Назарук, Н. В., 2007. *Психологічні засоби профілактики "професійного вигорання" вчителя*: дис. ... канд. психол. наук. Івано-Франківськ.

196. Наказний М. О., 2011. *Теорія і практика проектування діяльності дитячого закладу оздоровлення та відпочинку*: дис. ... д-ра. пед. наук. Київ: Інститут Проблем Виховання НАПН України.
197. Науменко, Н. В., 2012. Дефінітивна характеристика поняття "духовне здоров'я людини". *Теорія та методика навчання та виховання*: зб. наук. пр. Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, вип. 32, с. 115–124.
198. *Національний музей космонавтики ім. С. П. Корольова*, [online]. Режим доступу: <https://cosmosmuseum.info/> [Дата зверн. 22.08.2016].
199. Нижников, С. А., 2001. Пути обретения здоровья и мировоззрение. *Философия здоровья*. Москва, с. 5–24.
200. Ніколаєва О. І., 2018. *Рекреаційний господарський комплекс Одеського регіону*: дис. ... канд. географ. наук. Харків.
201. Новиков, А. М., и Новиков, Д. А., 2007. *Методология*. Москва: СИНТЕГ, с. 103.
202. Олійник, В. В., та Даниленко, Л. І., 2001. Концептуальні засади підготовки педагогічних та керівних кадрів освіти України в сучасних умовах. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*: зб. наук. пр. Київ: Логос, вип. 4, с. 69–77.
203. Омельченко, С. О., 2008. *Теоретичні та методичні основи взаємодії соціальних інститутів суспільства в формуванні здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів*: автореф. дис. ... докт. пед. Наук. Луганськ.
204. Опалко, Г. П., 2011. *Здоров'язберезувальні технології в дошкільному навчальному закладі*. Черкаси: ЧОІПОПП, с. 8.
205. Оржеховська, В. М., 2007. *Духовність і здоров'я*. Черкаси: ПП Чабаненко Ю.А.
206. Орлова, О. А., 2014. Підготовка вчителя до особистісного самовдосконалення учнів основної школи у післядипломній освіті: дис. ... канд. пед. наук. Житомир.

207. Осадча, О. Ю., 2008. Філософсько-педагогічні ідеї В. О. Сухомлинського щодо впровадження здоров'язберігаючих методик у роботі з дітьми. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна*. Харків, № 799, с. 103.
208. Осадченко Т. М., 2017. Підготовка майбутнього вчителя до створення здоров'язбережувального середовища початкової школи: дис. ... канд. пед. наук. Житомир, 251 с.
209. *Освіта в Київській Русі. Спадщина предків*, [online]. Режим доступу: <https://spadok.org.ua/kyuivska-rus/osvita-v-kyuivskiy-rusi> [Дата зверн. 22.08. 2016].
210. Осипенко, Т., 2011. *Здоров'язбережувальні технології у дошкільному навчальному закладі*. Київ, № 6, с. 42–48.
211. Павлов, В. І., та Черчик, Л. М., 1998. *Рекреаційний комплекс Волині: теорія, практика, перспективи*. Луцьк: Надстир'я, с. 5.
212. *Педагогіка єзуїтів*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Педагогіка\\_єзуїтів](https://uk.wikipedia.org/wiki/Педагогіка_єзуїтів) [Дата зверн. 22.08.2016].
213. Петрущенко, В. Л., 2002. *Філософія: курс лекцій: навч. посіб. для студентів вищих закладів освіти III-IV рівнів акредитації*. 2-е вид., виправл. і доповнене. Київ; Львів.
214. Пилипишин, О. І., 2015. Здоров'язберігаючі технології в організації навчально-виховного процесу в закладах освіти: теоретичний аналіз. *Педагогіка. Соціальна робота*. Київ, вип. 35, с. 147–151.
215. Підласий, І. П., 2013. *Педагогіка. Теоретична педагогіка*, [online]. Режим доступу: [https://stud.com.ua/17953/pedagogika/rozvitok\\_formuvannya](https://stud.com.ua/17953/pedagogika/rozvitok_formuvannya) [Дата зверн. 17.05. 2016].
216. Платонов, В. Н., 1980. *Современная спортивная тренировка*. Київ: Здоров'я, с. 253.
217. Повещенко, Н. П., 1992. *Охрана здоровья подрастающего поколения как педагогическая проблема: история, современность*: автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Москва.

218. Пожарський, С. Д., ред., 2010. *Акмеологія – філософія успіху*: монографія. Санкт-Петербург: "Северный колледж", с. 214.
219. Полетаєва, Н. М., 2013. Акмеологічна підтримка молодого педагога як умову успішності в професії. *Успішний педагог*: монографія Санкт-Петербург: ФГНУ ІПООВ РАО, с. 94.
220. Полетаєва, Н. М., 2013. Закономерності і етапи особистісно-професійного розвитку педагога. *Методологія дослідження в професійному педагогічному освітанні*. Санкт-Петербург, с. 242–249.
221. Полетаєва, Н. М., 2014. Мотивація особистісно-професійного розвитку педагога. *Вісник Ленінградського державного університету імені А. С. Пушкіна. Педагогіка*. Санкт-Петербург, том. 3, № 4, с. 30–39.
222. *Положення про районний (міський) методичний кабінет (центр)*, [online]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1239-08#Text> [Дата зверн. 17.05.2016].
223. Положення про республіканський (Автономної Республіки Крим), області та Київський і Севастопольський міські інститути післядипломної педагогічної освіти. *Наказ МОНУ. 17.11.2000, № 1119, п. 2.3*, [online]. Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0651-01> [Дата зверн. 17.05.2016].
224. Пометун, О. І., та Пироженко, Л. В., 2002. *Інтерактивні технології навчання: теорія і практика*. Київ.
225. Пономаренко, В. М., Нагорна, А. М., Ткач, Л. І., та Гуменний, В. С., 1997. Концептуальні основи національної політики в галузі охорони здоров'я. *Українські медичні вісті*. Київ, № 1 (56), с. 28–29.
226. Предборська, І., ред., 2006. *Філософські обриси сучасної освіти*: монографія. Суми: ВТД "Університетська книга", с. 23.
227. Пріма, Р. М., та Циплюк, А. М., 2017. Плекання цінності культури здоров'я, здорового способу життя, здоров'язбереження: досвід, шляхи, етапи. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 282.

228. *Проект з розвитку туризму "Як тебе не любити, Києве мій!"*, [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/255-programi-proekti/3003-proekt-z-rozvytku-turyzmu-yak-tebe-ne-liubytu-kyieve-mii> [Дата зверн. 20.11.2015].
229. Пуцов В. І., та Набоки, Л. Я., ред., 2007. Професійний розвиток педагогічних працівників. *Практична андрагогіка: наук.-метод. посіб.* Київ: Букрек, с. 117.
230. *Ребефінг*, [online]. Режим доступу: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Ребеёфинг> [Дата зверн. 22.06.2016].
231. *Рекреаційні ресурси та їх класифікація*, [online]. Режим доступу: [https://ua-referat.com/Рекреаційні\\_ресурси\\_та\\_їх\\_класифікація](https://ua-referat.com/Рекреаційні_ресурси_та_їх_класифікація) [Дата зверн. 02.10.2015].
232. *Ресурсно-інформаційний центр "Вікно в Америку"*, [online]. Режим доступу: <http://www.lib.zt.ua/ua/projects/node/78> [Дата зверн. 25.11.2015].
233. Роджерс, К., 1994. *Взгляд на психотерапию. Становление человека.* Москва, с. 247.
234. Розин, В. М., 2000. Здоровье как философская и социально-психологическая проблема. *Мир психологи.* Москва, № 1, с. 12–31.
235. Романенко, Л. В., та Романенко, К. А., 2017. Технологічні особливості процесу формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів початкової школи. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: кол. монограф.* Харків: Вид. Рожко С. Г., с. 373–374.
236. Рубинштейн, М. М., 2010. *О смысле жизни.* Москва: Проспект, с. 86.
237. Саїнчук, М. М., 2017. Філософська рефлексія здорового способу життя як необхідність цивілізованої людини. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження.* Харків, с. 294.
238. *Салернська медична школа*, [online]. Режим доступу: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Салернська\\_медична\\_школа](https://uk.wikipedia.org/wiki/Салернська_медична_школа) [Дата зверн. 22.06.2016].
239. Самоукина, Н. В., 2000. Синдром професійного вигорання. *Управление персоналом, российский опыт.* Москва: МГУ, с. 201–215.
240. Селевко, Г. К., 2005. *Технологии развивающегося обучения.* Москва: НИИ школьных технологий, с. 45–56.

241. Сидорчук, Н. Г., 2015. Андрагогічні засади дозвілєвої діяльності. *Андрагогічний вісник: наук. електр. журнал*, вип. 6. с. 192–200.
242. Сидорчук, Н. Г., 2017. *Фізична культура і психологічний тренінг: навч. посіб.* Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, с. 18.
243. Ситникова, Ю. В., 2013. *Формування професійної культури майбутніх менеджерів на гендерних засадах: автореф. дис. ... канд. пед. наук.* Київ.
244. *Скіппінг*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Скакалка> [Дата зверн. 22.06.2016].
245. Скрипник, Л. В., та Чепурда, Г. М., 2012. Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді. *Природа Західного Полісся та прилеглих територій*. Київ, № 9, с. 371.
246. Смадич І. П., 2017. *Архітектурна організація об'єктів сучасної рекреації у Карпатському регіоні України: дис. ... канд. архітектури.* Львів.
247. Смирнов, Н. К., 2005. *Здоровьесберегающие образовательные технологии и технологии здоровья в школе.* Москва: АРКТИ, с. 66-68.
248. Спіріна, Т. П., 2009. *Формування професійної культури майбутніх соціальних педагогів у навчально-виховному процесі вищого навчального закладу: автореф. дис. ... канд. пед. наук.* Житомир.
249. *Ступінь*, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Ступінь> [Дата зверн. 22.06.2016].
250. Сухомлинский, В. А., 1979. *Павлышская средняя школа.* Москва: Просвещение.
251. Таймасов, Ю. С., Турчинов, А. С., та Пашинський, П. П., 2017. Здоров'язбереження як об'єкт наукового пізнання. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження.* Харків, с. 220.
252. Томашевський, В. М., 2005. *Модельовання систем.* Київ: Видавнича група BVH, с. 16.
253. *У столиці відкрився Музей фантастики і космонавтики. Хрещатик*, [online]. Режим доступу: <http://kreschatic.kiev.ua/ua/4192/news/1334309138.html>; <https://m.facebook.com/profile.php?id=429525444483684> [Дата зверн. 15.08.2017].

254. Удовиченко, І. В. *Роль методичної роботи в підвищенні професійної підготовки вчителя*, [online]. Режим доступу: [www.soippo.edu.ua/userfiles/поль%20методичної%20роботи.docR](http://www.soippo.edu.ua/userfiles/поль%20методичної%20роботи.docR). [Дата зверн. 25.07.2018].
255. *Українська бібліотечна асоціація: Історія Української бібліотечної асоціації*, [online]. Режим доступу: <http://ula.org.ua/ua/pro-uba/istoriya> [Дата зверн. 20.11.2018].
256. Успенська, В., 2009. Впровадження здоров'язберігальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі – вимога часу. *Рідна школа*. Київ, № 4. с. 45.
257. Фаласеніді, Т. М., та Шийка, Ю. І., *Культура здоров'я як складова загальнолюдської культури. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 277.
258. Федонюк, Л. Я., Бігуняк, Т. В., Яковенко, М. Я., та Бігуняк, К. О., 2017. Вплив способу життя, екологічних та генетичних факторів на якість і тривалість життя людини. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження*. Харків, с. 77.
259. Федорович, А., 2017. Методична робота як засіб підвищення професійної компетентності вихователів дітей дошкільного віку. *Молодь і ринок*. Київ, № 11(154), с. 107.
260. Халайцан, А. П., *Культура здоров'я особистості як складова частина її фізичної культури. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання*, [online]. Режим доступу : <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2014-03/14karpprc.pdf> [Дата зверн. 22.08.2017].
261. *Харківський планетарій*, [online]. Режим доступу: <http://planetarium-kharkov.org/> [Дата зверн. 22.06.2016].
262. Хохліна, О. П., 2019. Особистісний підхід як методологічний інструментарій забезпечення становлення в людини її індивідуальності. *Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства*: кол. монографія. Київ: ТОВ "АльфаПК", с. 76–85.
263. Цибульська, О. В., 2021. Формування готовності майбутніх учителів початкової школи до виховання у молодших школярів культури здоров'язбереження: дис. ... кан. пед. наук. Хмельницький.

264. Цицерон, [online]. Режим доступу: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Цицерон> [Дата зверн. 15.05.2016].
265. Цьось, А. В., 2004. Ідеал здоров'я в традиціях українського народу. *Проблеми екології людини*. Луцьк: Надстир'я, с. 120–126.
266. Черевищенко, Т., 2014. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх вихователів. *Sustainable development – scientific debut*. Warszawa: Wyższa Szkoła Menedżerska w Warszawie im. prof. Leszka J. Krzyżanowskiego, с. 299–309.
267. Черепанов, В. С., *Экспертная оценка в педагогических исследованиях*. Москва: Педагогика, с. 45–56.
268. Чернілевський, Д. В., Томчук, М. І., Дубасенюк, О. А., Антонова, О. Є., Захарченко, В. І., Вознюк, О. В., та Сіранчук, Н. З., 2012. *Методологія наукової діяльності*: навч. посіб. 3-є вид., перероблене. Вінниця: Ніланд-ЛТД.
269. Чупаха, І. В., 2003. *Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе*. Москва, с. 326.
270. Швайка, Л. А., 2010. *Методична робота в ДНЗ*. Харків: Основа, 288 с.
271. Шевченко, Г. П., ред., 2006. Духовність та духовна культура особистості. *Формування духовної культури учнівської молоді засобами мистецтва*: колективна монографія. Луганськ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, с. 7–37.
272. Шинкар, Т., 2020. Методична робота в закладах дошкільної освіти: нормативно-правові аспекти. *Актуальні питання гуманітарних наук*: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, том 4, № 28, с. 252–257.
273. Шкодін, А. Д., Беляєв, І. С., та Беляєва, О. М., 2017. Здоровий спосіб життя: минуле і сьогодення. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук. праць VII Всеукр. наук-практ. конф. Чернігів: ЧНТУ, т. 1, с. 573–578.
274. Шкуратова, І. П., 2007. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями. *Психология кризиса и кризисных состояний*. Москва, вып. 4, с. 17–23.
275. Штофф, В. А., 1966. *Моделирование и философии*. Москва: Наука, с. 63.



276. Щербак, Ф. Н., 1995. *Профессионально-нравственная культура труда*. Москва: Знание.
277. Юдин, Б. Г., 2001. Здоровье человека как проблема гуманитарного знания. *Философия здоровья*. Москва, с. 61–86.
278. Яковлев, Б. П., 2003. Психическая нагрузка, деятельность и здоровье человека. *Педагогическое образование и наука*. Москва, № 3. с. 52–60.
279. Ярмаченко, М., 2001. *Педагогічний словник*. Київ: Педагогічна думка, с. 211.
280. Ясперс, К., 1997. *Общая психопатология*. Москва: Практика.
281. Bilanov, O. S., 2020. Philosophical approaches to the understanding of the "health/illness" categories. *International journal of innovative technologies in social science*, 4(25), p. 10.
282. Everly, G. S., 1986. An introduction to occupational health psychology. *Innovations in clinical practice*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange, vol. 5, pp. 331–338.
283. Gutzwiller F., und Jaenneret O., 1996. Konzepte und Definitionen. *Sozialund Prdventivmedizin Public Health*. S. 23–29.
284. Havrysh, N., Zdanevych, L., and Myskova, N., 2021. Pedagogical training as a form of preparing the future professionals of preschool education. *Innovative approaches to ensuring the quality of education, scientific research and technological processes*. Katowice: Publishing House of University of Technology, pp. 244–250.
285. Lucas, K., and Lloyd, B., ed., 2005. Health promotion: evidence and experience. London: SAGE Publications, p. 60.
286. Miller, K. E., 2008. Energy drinks, race, and problem behaviors among college students. *Journal of adolescent health*, vol. 43, № 11, p. 493.
287. Olsen, K. M., and Dahl, S., 2007. Health differences between European countries. *Social science & medicine*, vol. 64, № 4, p. 1669.